

Jangan remehkan kencing berdarah

Minum banyak air

LANGKAH pencegahan boleh dilakukan dengan minum banyak air dan paling penting makan makanan laut secara sederhana.

Justeru, Dr. Zulkifli Md. Zainuddin mengingatkan, darah yang keluar bersama kencing tidak boleh dianggap normal kerana ini merupakan tanda-tanda awal kanser buah pinggang, kanser pundi kencing atau kewujudan batu karang dalam buah pinggang.

Doktor yang memeriksa akan melakukan ujian imbasan bunyi (*ultrasound*) dan jika siasatan lanjut diperlukan, ujian imbasan CT (sistokopi) yang melibatkan memasukkan teropong ke dalam pundi kencing akan dilakukan.

"Jika terdapat batu karang di dalam buah pinggang dan bersaiz kurang 1.5 sentimeter, doktor akan melakukan rawatan tembak batu (ESWL), iaitu menembak batu karang tersebut dari luar dan tidak memerlukan pembedahan.

"Bagaimanapun, jika saiznya melebihi 1.5 sentimeter, pembedahan dengan cara menebuk akan dilakukan bagi mengeluarkan batu karang.

"Pembedahan membuang buah pinggang perlu dilakukan jika pesakit disahkan mendapat kanser buah pinggang.

"Jika kanser terdapat dalam pundi kencing dan masih berada di peringkat awal, pesakit akan menjalani pembedahan membuang kanser sahaja.

"Namun, jika kanser sudah sampai ke tahap memasuki



Jika pundi kencing dibuang, pesakit perlu memakai beg kencing seumur hidup. Kanser pundi kencing juga berkemungkinan berlaku semula."

pundi kencing, pembedahan membuang seluruh pundi kencing akan dilakukan dan selanjutnya pesakit perlu menjalani rawatan radioterapi," katanya.

Menurut Dr. Zulkifli lagi, jika pundi kencing dibuang, pesakit perlu memakai beg kencing seumur hidup.

Katanya, kanser pundi kencing juga berkemungkinan berlaku semula. Biasanya apabila pesakit berasa sudah sihat, mereka tidak datang semula berjumpa doktor bagi membuat pemeriksaan susulan.

Kanser pundi kencing dan kanser buah pinggang juga katanya mempunyai kaitan dengan tabiat merokok. Perokok berisiko untuk mendapat penyakit ini.

Perlu diingatkan kepada setiap orang bahawa jika mengalami kencing berdarah sama ada nampak jelas di mata atau hanya setitik, anda perlu berjumpa doktor supaya doktor perlu membuat penilaian.

SESIAPA pun akan panik dan mula susah hati apabila urin atau air kencing bercampur dengan darah. Pelbagai tanggapan buruk mula menerpa fikiran. Adakah dirinya mempunyai sesuatu penyakit yang berbahaya sehinggakan mereka perlu segera berjumpa doktor bagi mendapatkan kepastian? Kemudian risau lagi jika rawatan yang harus dilalui itu menyakitkan dan adakah penyakit tersebut boleh membawa maut?

Kencing berdarah merupakan simptom yang biasa dan akan dialami pesakit urologi. Terdapat dua jenis kencing berdarah, iaitu individu tersebut berasa sakit semasa membuang air kecil dan tidak berasa apa-apa.

Bagi individu yang berasa sakit setiap kali membuang air kecil, apa yang merisaukan ialah kemungkinan dia menghidap penyakit batu karang.

Seseorang yang disyaki menghidap batu karang akan berasa sakit pada bahagian pinggang dan bahagian bawah perut. Sakitnya memulas-mulas dan kadang-kadang sehingga tidak tertahan oleh si pesakit.

Jika diperhatikan dengan betul kadang-kadang terdapat seakan-akan pasir dan batu di dalam kencing berdarah itu. Kencing berdarah juga mungkin disebabkan pengambilan ubat-ubatan tertentu, senaman yang berat walaupun ahli-ahli perubatan juga masih tidak mengetahui mengapa senaman boleh menyebabkan kencing berdarah.

sihat

Oleh **MERAN ABU BAKAR**
meran.bakar@utusan.com.my

Apa yang lebih dibimbangkan ialah jika kencing berdarah ini adalah tanda-tanda kanser.

Oleh itu, perkara terbaik yang harus dilakukan ialah segeralah berjumpa dengan doktor sekiranya anda melihat darah di dalam air kencing.

Ini penting kerana ia dapat membantu menyembuhkan penyakit yang anda hidapi.

Pakar Perunding Kanan Urologi, Jabatan Surgeri, Hospital Canselor Tuanku Muhriz (HCTM), Pusat Perubatan Universiti Kebangsaan Malaysia (PPUKM), **Datuk Prof. Dr. Zulkifli Md. Zainuddin** berkata, kemungkinan juga

kencing berdarah berlaku kerana terdapat jangkitan kuman pada saluran kencing, yang lebih banyak terjadi kepada golongan wanita.

"Namun, ia juga boleh berlaku kepada kaum lelaki. Jangkitan saluran kencing ini berlaku apabila mikro organisme seperti bakteria memasuki saluran kencing dan membiak, menyebabkan berlakunya keradangan pada saluran kencing dinamakan uretritis.

"Kadang-kadang bakteria ini akan merebak ke organ-organ kencing lain seperti pundi kencing atau ureter, yang juga boleh menyebabkan jangkitan



PESAKIT barah pundi kencing terpaksa menggunakan beg kencing untuk seumur hidup apabila pundi kencing yang dijangkiti terpaksa dibuang melalui pembedahan.

pada buah pinggang.

"Lebih membimbangkan ialah berlaku kanser pundi kencing dan kanser buah pinggang, yang mana pesakit tidak sedar mereka menghidap penyakit tersebut kerana tidak mengalami kesakitan.

"Golongan berumur akan lebih bimbang jika terdapat ketumbuhan dan kanser kerana ia biasa berlaku pada golongan ini sementara secara umumnya batu karang banyak terjadi pada golongan muda.

"Purata penghidap daripada segi jantina adalah sama kepada lelaki dan perempuan," katanya semasa ditemui baru-baru ini.

Tambahnya lagi, penghidap penyakit batu karang akan mengalami sakit yang bukan berpanjangan. Sakit yang dialami akan muncul dalam masa tertentu dan selepas itu hilang. Kemudian sakitnya akan muncul

semula.

Penyakit batu karang, ujarnya, bukan berlaku disebabkan oleh aktiviti atau postur badan. Mereka yang banyak berehat pun boleh mendapat penyakit ini begitu juga dengan mereka yang aktif. Bagaimanapun, penyakit ini jarang berlaku pada kanak-kanak.

Faktor penyebab yang paling biasa ialah pengumpulan asid urik kerana banyak memakan makanan laut dan disebabkan oleh batu kalsium yang berpunca kerana kurang minum air dan dehidrasi.

Setiap orang perlu minum sebanyak lapan gelas air kosong (bergantung pada aktiviti). Jika anda melakukan aktiviti yang banyak mengeluarkan peluh maka anda perlu minum lebih lagi.