

KESIHATAN



Oleh RAJA INTAN DIANNA
RAJA AZAHAM
dianne.azaham@utusan.com.my

JIKA anda mengalami perubahan pada bahagian kulit seperti luka atau ulser yang mengambil masa yang terlampau lama untuk sembuh atau tampak merah dengan permukaan yang sedikit berisik, jangan anggap ia sekadar masalah kulit biasa. Ia mungkin simptom kepada kanser kulit dan jika lambat mendapatkan rawatan boleh membawa maut.

Penjagaan kulit dengan melindungi kulit daripada cahaya matahari (UV) amat penting untuk manusia namun tidak ramai rakyat Malaysia dilihat mengambil berat terhadap masalah ini. Hakikatnya, tanpa penjagaan yang rapi, senapi sahaja terdedah kepada kanser kulit, tambahan pula cuaca negara ini sentiasa yang panas terik.

Berdasarkan Laporan Daftar Kanser Malaysia Ketiga (2003-2005), kanser kulit ialah kanser



yang kesepuluh paling kerap berlaku dan menyumbang kepada 2.6 peratus semua kes kanser di negara ini.

Data daripada Klinik Dermatologi, Hospital Kuala Lumpur (2006-2014) pula menunjukkan basal cell carcinoma ialah kanser kulit yang paling kerap berlaku iaitu 34.9 peratus, diikuti cutaneous lymphoma (25.7 peratus) dan squamous cell carcinoma (20.6 peratus). Manakala kes melanoma pula tidak begitu banyak dan hanya menyumbang kepada 5.4 peratus semua kes kanser kulit di Klinik Dermatologi, Hospital Kuala Lumpur.



DR. AZURA MOHD. AFFANDI

Walaupun kanser kulit lebih banyak dilaporkan berlaku di negara seperti Australia, ia juga banyak berlaku di Malaysia. Pertubuhan Kesihatan Sedunia (WHO) melaporkan bahawa kes kanser kulit non-melanoma dan melanoma telah meningkat sejak beberapa dekad yang lalu.

Pada masa ini, antara dua hingga tiga juta kes non-melanoma dan 132,000 kes melanoma telah dilaporkan di seluruh dunia setiap tahun. Lapisan ozon yang semakin menipis menyebabkan lebih banyak cahaya UV sampai ke permukaan bumi dan boleh meningkatkan risiko kanser kulit.

Menurut Pakar Perunding Dermatologi, Hospital Kuala Lumpur, Dr. Azura Mohd Affandi, kanser kulit lebih kerap menyerang individu yang berkulit cerah tetapi juga boleh terjadi kepada mereka yang berkulit gelap.

"Kanser kulit lebih kerap terjadi kepada individu yang berkulit cerah kerana mereka mempunyai jumlah melanin iaitu



pigmen kulit yang kurang. Ini menyebabkan mereka mendapat kurang perlindungan daripada sinaran UV yang memudaratkan dan boleh menyebabkan kanser kulit.

"Golongan yang banyak menghabiskan masa di bawah cahaya matahari contohnya nelayan, petani, pekerja di tapak pembinaan, dan sebagainya lebih berisiko untuk mendapat kanser kulit lebih-lebih lagi jika mereka tidak menggunakan pelindung suria.

"Malah, senapi yang pernah mengalami kulit terbakar akibat sinar matahari semasa kanak-kanak atau remaja juga berisiko untuk mendapat kanser kulit semasa dewasa," ujar Dr. Azura yang juga Ahli Persatuan Dermatologi Malaysia.

AWAS KULIT CERAH!

SIAPA BERISIKO TINGGI

1. Berkulit cerah.
2. Terdedah kepada cahaya matahari secara berlebihan.
3. Banyak tahi lalat.
4. Mempunyai penyakit kulit prabarah seperti actinic keratosis.
5. Pernah menghidap kanser kulit.
6. Sejarah kanser kulit dalam keluarga.
7. Penyakit genetik tertentu seperti xeroderma pigmentosum.
8. Sistem imun yang lemah.
9. Terdedah kepada radiasi.
10. Keracunan arsenic.

PENJAGAHAN

- Elakkan daripada terdedah kepada cahaya matahari yang keterlaluan.
- Gunakan krim pelindung suria.
- Gunakan pakaian yang dapat melindungi daripada cahaya matahari yang terik.
- Periksa kulit anda secara berkala dan laporkan apa-apa perubahan kepada doktor anda.



N TUBUH CANTIK, ANTAP DENGAN TRX » 27



ALUMNI SEKOLAH KEMBALI KE SEKOLAH » 33



DESTINASI TEROKAI TANGIER, CASABLANCA