

Wanita muda obes berisiko kanser rahim

KEGEMUKAN sering dikaitkan dengan penyakit endokrin dan kardiovaskular seperti kencing manis, darah tinggi, serangan jantung serta strok.

Namun, tidak ramai mengetahui ia juga boleh mengundang penyakit kanser rahim kepada wanita.

Paling menakutkan, wanita gemuk yang mengalami sindrom ovari polisistik (PCOS) berdepan risiko tiga kali ganda untuk diserang barah itu.

Penemuan tersebut dikongsikan Pakar Perunding Obstetrik & Ginekologi dan Ginekologi Onkologi, Fakulti Perubatan Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM), Hospital Canselor Tunku Mukhriz (HCTM), Prof. Dr. Mohamad Nasir Shafiee.

Terkini, kira-kira 15 peratus wanita gemuk dengan PCOS dikesan terdedah kepada kanser rahim.

"Kajian dilakukan dalam kalangan pesakit PCOS dan kanser rahim dengan wanita normal dijadikan sebagai *control*."

"Analisis sampel darah dan dinding rahim diambil untuk eksperimen makmal diikuti data klinikal seperti usia, berat dan indeks jisim badan (BMI) yang dikorelasikan dengan kadar peningkatan yang menyebabkan kanser tadi."

"Hasil kajian menunjukkan peningkatan ekspresi gen yang sangat ketara dalam kalangan wanita gemuk."

"Malah, kajian kohort di negara-negara lain turut menyokong teori saya iaitu gemuk dan PCOS meningkatkan risiko tiga kali ganda barah rahim," katanya kepada *Utusan Malaysia* baru-baru ini.

Terdahulu, Mohamad Nasir berkata, ramai wanita muda berusia antara 25 hingga 40 tahun yang mengalami masalah kegemukan berdepan gangguan kitaran haid.

Antaranya menyebabkan haid tidak teratur (*irregular*), tidak datang (*amenorrhoea* atau *oligomenorrhoea*) dan kadang kala terlalu banyak (*menorrhagia*).

Dalam situasi itu, wanita akan mengalami hormon progesteron yang resistan dan tidak dapat berfungsi dengan baik.

Ia sekali gus menyebabkan hormon estrogen 'bermaharaja' lalu meningkatkan ketebalan dinding rahim atau endometrium secara di luar kawalan.

"Wanita yang berdepan situasi ini akan mengalami perubahan kitaran haid li samping sel-sel lapisan endometrium turut membiak, mengembang dan berlaku



Kajian kohort di negara-negara lain juga menyokong teori saya iaitu gemuk dan PCOS meningkatkan risiko tiga kali ganda barah rahim."



MOHAMAD NASIR SHAFIEE

keabnormalan yang seterusnya menjadi sel barah ganas.

"Individu gemuk juga biasanya mengalami resistan pada fungsi insulin sekali gus menyebabkan penghasilan hormon itu terus meningkat daripada kelenjar pankreas," katanya.

Ujarnya, insulin akan menyokong ke arah hormon tidak seimbang kerana terlibat dalam penghasilan estrogen yang diubah dari hormon testosteron wanita.

FASA PRAKANSER, MANDUL

Terdapat fasa pra-kanser dipanggil sebagai endometrial hyperplasia sebelum barah terjadi di rahim.

Menurut Mohamad Nasir, tahap itulah yang perlu dikesan dan dirawat segera.

Katanya, endometrial hyperplasia adalah perubahan sel yang menunjukkan ciri-ciri awal kanser akan berlaku, namun belum lagi sampai ke tahap penyakit itu.

"Faktor risikonya adalah kegemukan, PCOS, genetik dan penggunaan hormon gantian estrogen yang tidak dipantau," katanya.

Antara gejala yang perlu diberi perhatian serius ialah pendarahan haid yang tidak normal iaitu kadangkala banyak atau tidak datang berbulan-bulan.

Ujarnya, sekurang-kurangnya haid perlu datang sekali dalam masa antara tiga hingga empat



KEGEMUKAN dan penyakit-penyakit berisiko daripadanya boleh dihindarkan melalui amalan gaya hidup sihat.



KEGEMUKAN dan gaya hidup tidak sihat mengundang penyakit kanser rahim dalam kalangan wanita.

bulan.

"Wanita mesti berjumpa doktor jika haid mereka lewat tanpa sebab, berpanjangan melebihi 15 hari setiap bulan atau pendarahan kerap berlaku di antaranya," katanya.

Symptom lain ialah

keputihan yang banyak atau lelehan berbau.

Selain kanser rahim, kegemukan dan PCOS juga boleh menyebabkan wanita mandul.

Mohamad Nasir berkata, keadaan itu menyumbang

kepada 50 peratus ketidaksuburan.

"Ia kerana kitaran hormon terganggu dan menyebabkan telur (ovum) tidak menetas," katanya.

PEMERIKSAAN DAN RAWATAN

Selepas pemeriksaan ultrasound melibatkan ketebalan dinding dan pengambilan sampel isi rahim mengesahkan barah, pemeriksaan lanjut melalui imbasan tomografi berkomputer (*CT scan*) akan dilakukan.

Ia bagi mengetahui sama ada barah telah melarut ke bahagian badan yang lain.

Mohamad Nasir berkata, prosedur itu kemudian diteruskan dengan pengimejan resonans magnetik (MRI) untuk mengenal pasti kadar ketebalan dinding rahim yang diserang sel barah.

Kaedah rawatan adalah

menerusi pembedahan pembedahan rahim (bersama ovari pada kes tertentu) dan serviks (pangkal rahim).

Sewaktu pembedahan itu, bahagian kelenjar limfa di saluran darah utama juga akan diambil untuk melihat perebakan sel kanser di samping organ-organ berdekatan rahim.

"Rahim yang dibedah itu dihantar ke makmal patologi untuk pemeriksaan lanjut jenis nama barah, keganasan sel, perebakan sekeliling dan digalakkan menjalani ujian molekul bagi memahami 'perangainya' dengan jelas."

"Dalam masa sama ia dapat memberi gambaran kepada doktor sama ada rawatan lanjut seperti radioterapi atau kemoterapi atau kedua-duanya perlu untuk pesakit," katanya.

Pada tahap awal, kadar kesembuhan adalah 95 peratus dalam tempoh lima tahun pertama.

ENDOMETRIUM

Fungsi endometrium (dinding rahim)

- » Lapisan mengalami penebalan sebelum penghasilan darah haid.
- » Penebalan itu dipengaruhi oleh hormon estrogen dan progesteron.
- » Hormon estrogen yang tinggi pada dua minggu pertama kitaran haid menyebabkan sel-sel dan saluran darah kecil di lapisan itu berkembang pesat.
- » Jika tiada persenyawaan antara ovum dan sperma, hormon progesteron akan menurun sebelum dinding rahim meluluh dan menghasilkan darah haid.
- » Kitaran itu berlaku setiap bulan bermula kali pertama datang baligh sehingga usia menopause.
- » Endometrium juga adalah tempat implantasi atau penempelan zigot.



ANTARA gejala perlu diberi perhatian serius ialah pendarahan haid yang tidak normal iaitu kadangkala banyak atau tidak datang berbulan-bulan.

Namun, jika di peringkat empat dan sel barah melarut, mungkin kadar kesembuhan menurun sehingga 30 peratus.

Bagi wanita muda yang belum mempunyai cahaya mata dan di peringkat pertama barah rahim, rawatan lain boleh diberikan mengikut keperluan masing-masing.

Ia termasuk menggunakan hormon progesteron dos tinggi melalui tablet, suntikan atau alat yang diletakkan di dalam rahim.

Namun, terdapat kesan sampingan yang bakal dialami pesakit seperti loya, muntah, pening, perut tidak selesa, panas badan, susah tidur dan emosi terganggu.

AMALKAN GAYA HIDUP SIHAT

Mohamad Nasir berkata, kegemukan dan penyakit-penyakit berisiko daripadanya boleh dihindarkan melalui amalan gaya hidup sihat.

Katanya, wanita disarankan makan secara sihat dengan mengurangkan karbohidrat dan lemak di samping melebihi protein dan serat, disusuli dengan senaman berkala selama 150 minit seminggu.

Beliau tidak menafikan yang wanita muda dan bujang lebih cenderung gemuk berbanding lelaki kerana hormon mereka yang tidak seimbang di samping gaya hidup sedentari dan gemar menikmati hidangan manis atau pencuci mulut.

Sehubungan itu, beliau mengingatkan golongan sasaran untuk sentiasa peka dengan perubahan tubuh badan masing-masing.

"Kitaran haid yang tidak teratur adalah petanda awal kanser rahim."

"Bagi wanita yang berisiko, segera berjumpa dengan pakar ginekologi untuk mencegah barah sebelum parah," akhirnya.