

# Kesedaran tentang alahan masih rendah

**M**ENURUT Pertubuhan Kesihatan Sedunia (WHO), dianggarkan lebih 300 juta penduduk menghidap sekurang-kurangnya satu jenis alahan dan asma merupakan alahan kronik yang paling tinggi dihidapi kanak-kanak di seluruh Asia.

Biarpun secara umumnya, rakyat Malaysia percaya bahawa rawatan alahan telah wujud, hakikatnya penawarnya masih belum ditemui sehingga kini.

Justeru kaedah mencegah daripada mengubati amat penting dalam membantu untuk mengurangkan lebih ramai mendapat alahan sama ada mewarisi atau sebaliknya.

Menurut hasil Kajian Kesedaran Alahan Malaysia Kelolaan Persatuan Alergi dan Immunologi Malaysia (MSAI), yang diumumkan bersempena Minggu Alahan Sedunia baru-baru ini, 50 peratus rakyat negara ini, masih percaya wujudnya penawar untuk alahan dan setiap daripada tiga individu, seorang daripada mereka tidak sedar alahan boleh diwarisi.

Peratusan tersebut diperoleh melalui kajian ke atas lebih 8,000 pengguna bertujuan mengubah landskap alahan di negara ini, di samping menumpukan perhatian kepada bagaimana alahan dikenal pasti dan diagnosis.

Presiden MSAI, **Dr. Amir Hamzah Datuk Abdul Latiff** berkata, kaji selidik yang pertama kali dilakukan di Malaysia itu menunjukkan bahawa kebanyakan rakyat negara ini tidak mempunyai pengetahuan atau maklumat yang mencukupi bagi membolehkan mereka mendapatkan rawatan untuk alahan.

Jelas Dr. Amir, rawatan bukan segalanya untuk menyembuhkan alahan kerana pencegahan adalah matlamat utama memandangkan penawarnya masih belum ditemui sehingga kini.

Katanya, ketika ini, isu alahan yang menjadi kebimbangan adalah alahan makanan sebanyak 55 peratus, ketidaktahanan pada makanan (45 peratus), ekzema (42 peratus) dan rhinitis (gatal-gatal dan bengkak pada membran mukus di dalam hidung).

"Di serata dunia, pola alahan semakin berubah. Pada awalnya, terdapat peningkatan pada asma dan alahan rongga hidung, namun kajian-kajian

terkini menunjukkan terdapat peningkatan ke atas alahan makanan terutama sekali di kalangan kanak-kanak.

"Alahan makanan mendatangkan kesan kepada semua lapisan umur dan terjadi apabila sistem imun badan mendapati terdapat sesetengah jenis makanan yang mendatangkan mudarat lalu bertindak balas menghasilkan satu atau lebih gejala.

"Antara makanan yang disenaraikan seperti telur, makanan laut, gandum, soya dan kekacang yang merupakan antara makanan yang dikatakan menjadi punca utama mendapat alahan," katanya.

Namun, apa yang membimbangkan, kesedaran yang kurang di kalangan masyarakat negara ini tentang alahan menyebabkan penghidap berdepan dengan risiko penyakit yang lebih tinggi dan berbahaya misalnya anafilaksis.

Menurut Dr. Amir, kajian yang dijalankan menunjukkan terdapat



**DR. AMIR HAMZAH ABDUL LATIFF**

**GEJALA** alahan makanan turut ketara dalam kalangan kanak-kanak. **GAMBAR HIASAN**

## MAKANAN PENCETUS ALERGI DI MALAYSIA



sebilangan besar rakyat negara ini tidak mempunyai pengetahuan yang cukup tentang penyakit tersebut.

Katanya, 71 peratus daripada responden tidak tahu atau tidak mampu untuk mengetahui tanda-tanda atau simptom serangan anafilaksis, manakala 74 peratus daripada mereka tidak pasti akan langkah-langkah yang patut diambil sekiranya anak mereka mendapat serangan tersebut.

Anafilaksis merupakan suatu reaksi alahan teruk yang terjadi secara tiba-tiba dan dapat menyebabkan kematian apabila tubuh badan mendapat sentuhan dengan punca alahan (alergen).

"Anafilaksis boleh membunuh terutama jika berlaku kepada kanak-kanak, namun ketika ini kesedaran terhadap penyakit yang lebih serius diambil mudah oleh masyarakat dan menganggap dengan tidak makan makanan menyebabkan alahan melindungi anak mereka daripada terkena serangan," jelasnya.

Sementara itu, Ketua Jabatan Pediatrik Universiti Putra Malaysia (UPM), **Prof. Madya Dr. Intan Hakimah Ismail** memaklumkan, kesan alahan bukan berlaku seketika dan dengan menggunakan ubat tertentu dapat merawatnya.

Jelasnya, melalui kajian yang dijalankan, terdapat 71 peratus daripada responden kajian berkenaan mengakui bahawa kualiti hidup terjejas akibat menghidap alahan, malah kualiti kanak-kanak paling teruk terjejas apabila alahan membawa kepada asma.

"Ibu bapa perlu kenal pasti punca

alahan anak-anak lebih awal dan hindari mereka daripada sebarang punca alahan. Begitu pun, adalah lebih baik untuk kawal dari awal, iaitu dengan pemberian susu ibu sekurang-kurangnya sehingga enam bulan pertama dan seterusnya sehingga bayi berumur dua tahun atau lebih.

"Sekiranya gagal untuk mengenal pasti tanda-tanda dan penyebab alahan dari peringkat awal, boleh menyebabkan kesan yang mendalam bukan sahaja kepada si anak, malah kepada seluruh keluarga," katanya.

Bagi Pakar Perubatan dan Pakar Alahan dan Immunologi Klinikal, **Dr. Kent Woo Chee Keen**, tiga langkah bagi menguruskan penyakit disebabkan alahan, iaitu memastikan tahap risiko alahan sendiri seperti mengenalpasti sejarah perubatan keluarga, selain perlu mengetahui pergerakan alahan dan bagaimana sejenis alahan mampu membawa kepada alahan lain yang lebih buruk.

"Sejarah perubatan keluarga adalah salah satu penanda aras yang terbaik bagi mengenalpasti mereka yang berisiko tinggi diserang alahan dan langkah kedua adalah mengetahui tentang pergerakan alahan (*allergic march*).

"Kajian menunjukkan bahawa ekzema merupakan penunjuk utama peningkatan risiko seorang kanak-kanak itu terhadap alahan. Kanak-kanak yang mempunyai ekzema berisiko tinggi untuk mendapat serangan asma dan alahan pernafasan semasa dewasa," jelasnya.

- **SITI AIRUNNISA ALAUI**



**DR. INTAN HAKIMAH ISMAIL**



**DR. KEN WOO CHEE KEEN**