

# Kecelaruan mental ketika trimester pertama kehamilan

**Kuala Lumpur:** Keinginan wanita mengandung makan sesuatu yang pelik berlaku akibat sindrom kecelaruan mental terutama ketika trimester pertama dan ketiga kehamilan.

Pakar diet Jabatan Pemasakan dan Dietetik, Fakulti Perubatan dan Sains Kesihatan Universiti Putra Malaysia (UPM) Nurliyana Naharuddin berkata, ia dipanggil sindrom 'Pica' iaitu keadaan di mana wujud keinginan untuk memakan bahan yang mempunyai nilai nutrien sedikit atau tiada langsung.

"Kebanyakan kes Pica ini dikaitkan dengan keinginan untuk makan bahan-bahan bukan makanan seperti kotoran atau tanah liat (geophagia), ais (pagophagia), atau tepung jagung (amylophagia) dalam tempoh berlanjutan sehingga

sekurang-kurangnya satu bulan." katanya kepada Harian Metro.

Beliau berkata, Pica tidak semestinya berlaku kepada wanita mengandung, malah kepada individu yang tidak mengandung dengan kadar peratusan antara 4 hingga 26 peratus.

Katanya, alasan seseorang wanita mengalami sindrom itu tidak dapat dikenal pasti, namun, ada kajian mengatakan ia berpunca daripada kekurangan zat besi.

Selain itu, katanya, ada bukti menunjukkan wanita hamil yang mengalami keletihan, tekanan dan kebimbangan melampau akan mengambil makanan kurang sihat seperti manisan dan makanan berlemak.

Katanya, mengidam juga dikaitkan dengan aspek psikologi dan emosi wanita hamil, malah dalam satu ar-

tikel penulisan Natalia C Orleff dari Jabatan Psikologi, State University of New York, ada tiga faktor kemungkinan yang dikaitkan dengan mengidam.

"Faktor pertama adalah simptom perubahan hormon yang keterlaluan ketika hamil, seterusnya memberi kesan besar kepada deria rasa dan bau wanita hamil.

"Faktor kedua dikatakan berpunca daripada bahan aktif yang terdapat dalam sesuatu makanan sehingga menyebabkan wanita itu tertarik untuk mengambil makanan itu akibat perubahan deria rasa dan bau yang berlaku.

"Manakala

faktor ketiga disebabkan budaya yang sinonim dengan wanita mengandung dan juga faktor psikososial," katanya.

**NURLIYANA**  
bersama rakan  
setugas.

