

# BUKAN SEKADAR KETINGGGIAN!



DR FIRDAUS MUKHTAR

DR MUHAMMAD  
YAZID JALALUDIN

**H**arapan setiap ibu bapa supaya anak-anak mereka sihat, tinggi dan pintar. Untuk mencapai hasrat ini, ibu bapa akan menyediakan pemakanan yang seimbang, penjagaan yang rapi dan menyediakan peluang yang terbaik untuk tumbesaran anak-anak mereka.

Walau bagaimanapun bukan semua yang dirancang dapat ditunaikan. Anak-anak mereka masih tidak mencapai ketinggian yang normal seperti rakan-rakan sama usia.

Kebiasaannya ibu bapa sering mengamalkan sikap 'tunggu' dan 'lihat'. Mereka menganggap bahawa anak-anak mereka tidak mencapai paras ketinggian yang normal adalah disebabkan faktor keturunan, genetik ataupun mereka mengandaikan anak-anak mereka akan mencapai ketinggian yang normal pada suatu hari nanti.

Bagaimana jika semua andaian tidak berlaku? Adakah mereka telah melepasi tempoh tumbesaran?

Oleh yang demikian, Novo Nordisk Pharma (M) Sdn Bhd (Novo Nordisk) melancarkan 'Kempen Kesedaran Bukan Sekadar Ketinggian - Tapi Juga Kesihatan' untuk memupuk pemahaman yang lebih mendalam dalam kalangan ibu bapa terhadap masalah gangguan tumbesaran kanak-kanak.

Pelancaran kempen ini juga tepat pada masanya kerana aktiviti yang bermakna ini dijalankan sempena Hari Kesedaran Tumbesaran Kanak-kanak Antarabangsa yang disambut pada 20 September setiap tahun.

Pakar Perunding Pediatrik dan Endokrinologi Pediatrik, Ketua Jabatan Pediatrik, Fakulti Perubatan, Universiti Malaya Medical Centre (UMMC), Prof Madya Dr Muhammad Yazid Jalaludin, semasa melancarkan kempen ini berkata, terdapat pelbagai faktor menyebabkan kanak-kanak yang pendek. Misalnya, genetik, penyakit, ubat-ubatan, pemakanan, hormon, dan

persekitaran psikososial.

"Tumbesaran perlahan pada kanak-kanak biasanya jelas kelihatan antara usia dua hingga lima tahun. Oleh itu, jika selepas berusia lima tahun, kanak-kanak itu membesar kurang daripada 5 cm setahun atau kadar tumbesaran menurun sebanyak 2% atau lebih dalam carta tumbesaran, ibu bapa perlu mencari bantuan untuk menangani masalah ketinggian mereka yang tidak bertambah itu," katanya.

Pada masa sama, beliau menggalakkan ibu bapa meminta pandangan daripada pakar pediatrik supaya mereka dapat mengesan punca masalah serta memeriksa latar belakang pesakit tersebut agar faktor-faktor lain boleh diketepikan. Jika kanak-kanak disyaki menghadapi masalah hormon, maka anak itu harus dirujuk kepada pakar endokrinologi pediatrik. Ujian darah untuk menentukan garis dasar dan ujian rangsangan boleh dilakukan untuk menilai jika tumbesarannya perlahan adalah disebabkan oleh kekurangan hormon tumbesaran.

Hormo pertumbuhan ialah sejenis protein yang dibuat oleh pituitari (kelenjar kecil yang terletak di bawah otak di tengah kepala di belakang hidung). Ia merangsang tumbesaran ketinggian kanak-kanak dan remaja serta membantu tumbesaran tubuh seperti penjagaan otot dan jisim tulang, penurunan tisu lemak, di samping mempengaruhi tahap lipid darah seperti kolesterol dan trigliserida (<https://www.pituitarysociety.org>).

Antara gangguan lain yang boleh menyebabkan kanak-kanak tidak cukup tinggi ialah Sindrom Turner (keadaan kromosom yang mempengaruhi perkembangan wanita di mana ciri yang ketara ialah ketinggian yang pendek, yang nyata dalam lingkungan usia 5 tahun) dan kecil untuk usia kehamilan atau SGA (bayi lebih kecil atau kurang besar daripada normal berdasarkan jantina bayi dan usia kehamilan).

Sementara itu, Pakar Psikologi Klinikal, Ketua Jabatan Psikiatri, Fakulti Perubatan dan Sains Kesihatan, Universiti Putra Malaysia (UPM), Prof Madya Dr Firdaus Mukhtar, menegaskan profesional penjagaan kesihatan, penjaga dan pendidik perlu memberi perhatian khusus kepada kesejahteraan psikologi, emosi dan fizikal kanak-kanak yang pendek. Ia adalah penting untuk menghasilkan satu persekitaran yang positif bagi memastikan kestabilan mereka semasa menjalani rutin perubatan.

"Selain daripada masalah kesihatan, kanak-kanak yang pendek juga mungkin mengalami kualiti kehidupan yang lebih rendah berbanding dengan rakan sebaya mereka. Mereka boleh menjadi mangsa ejekan dan mangsa buli di sekolah, mempunyai keyakinan diri yang lebih rendah dan menghadapi cabaran fizikal dan sosial.

"Oleh itu, ibu bapa mestilah proaktif dalam memantau pertumbuhan anak-anak mereka. Jika perlu, dapatkan rawatan yang sesuai pada tahap paling awal. Berikan layanan yang terbaik kepada anak-anak anda pada tahap permulaan untuk merealisasikan potensi mereka dalam kehidupan," katanya.

Akhirnya, kanak-kanak pendek tidak akan meninggi atau 'terkejar' paras ketinggian yang sepatutnya dalam fasa tumbesaran mereka. Sikap 'tunggu' dan 'lihat' sehingga anak mencecah awal remaja mengehadkan jangka masa yang ada untuk menangani masalah tumbesaran memandangkan tulang mereka akan mula menutup (gabungan epifisis) setelah memasuki alam akil baligh.

Oleh itu, tanggungjawab ini terletak pada bahu ibu bapa untuk merujuk kepada pakar pediatrik secepat mungkin. Dengan diagnosis dan rawatan awal, kekurangan hormon tumbesaran boleh dirawat untuk menambah baik kesihatan dan membantu kanak-kanak mencapai ketinggian dewasa yang normal.