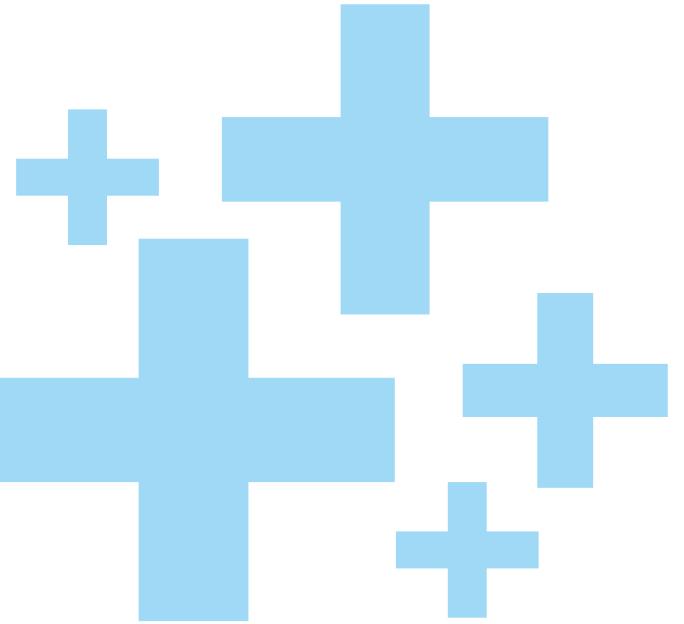
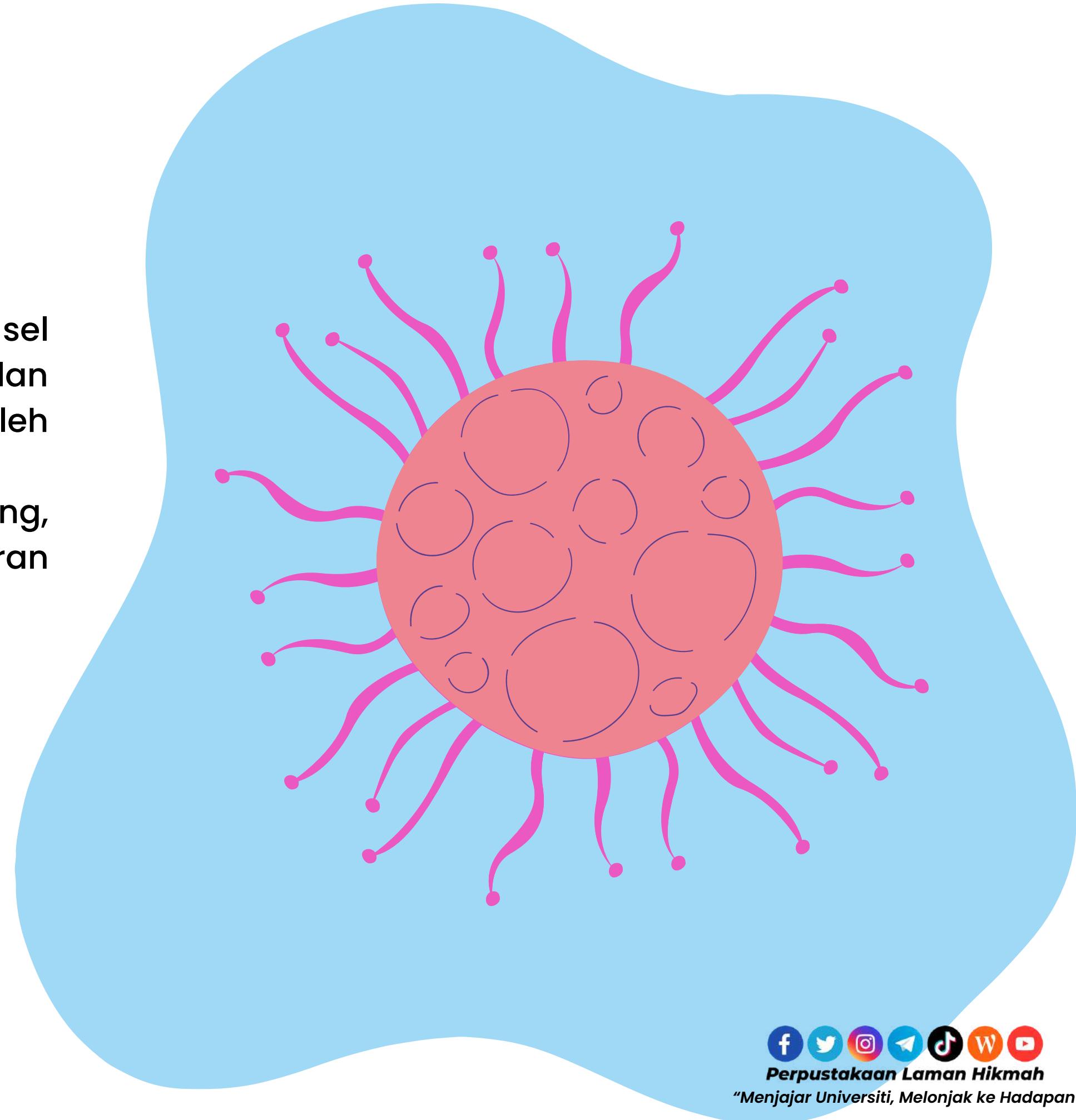
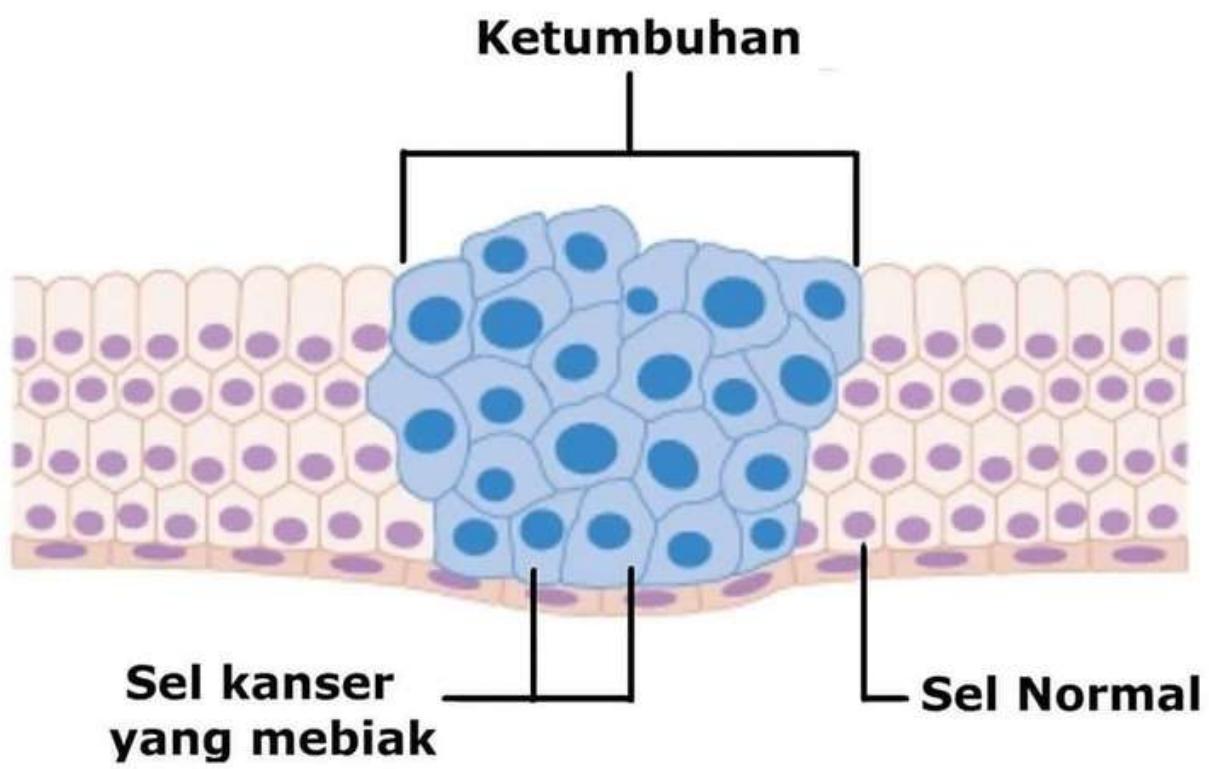


KANSER & PERKARA-PERKARA YANG MENYUMBANG KEPADA KANSER



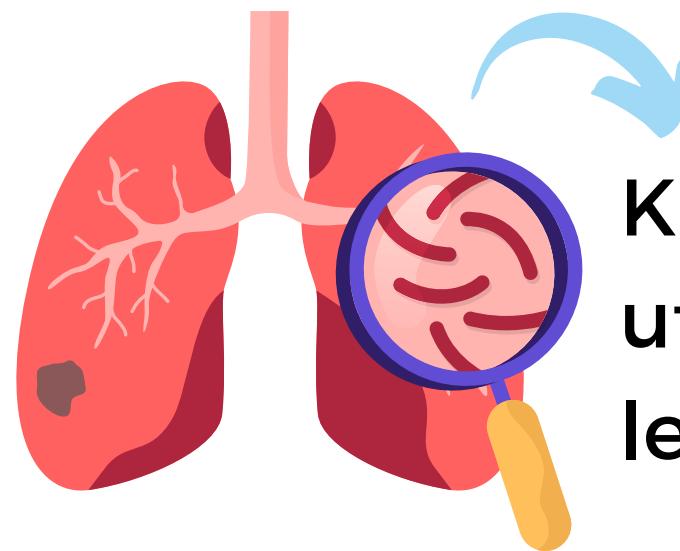
APA ITU KANSER?

- Kanser adalah penyakit kronik di mana sel-sel bertindak luar biasa, membesar secara luar kawalan dan menghasilkan sel-sel tidak normal yang boleh membentuk satu ketumbuhan berbahaya.
- Penyebaran sel agresif kemudian akan menyerang, merosak dan memusnahkan tisu-tisu berhampiran yang juga dikenali sebagai *metastasis*.



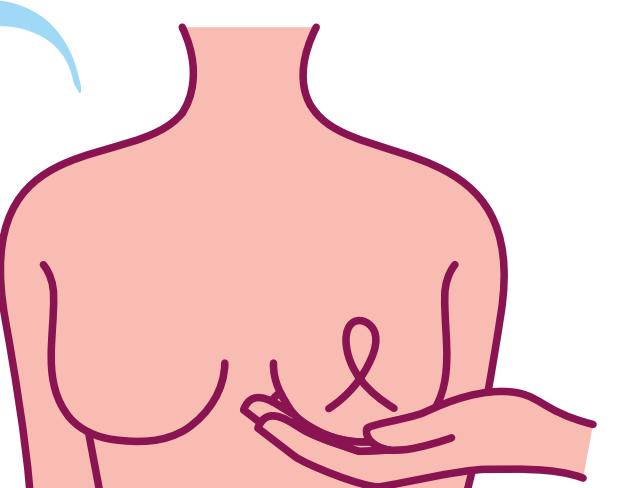
KANSER DI MALAYSIA

Kanser merupakan salah satu penyebab utama kematian di Malaysia.



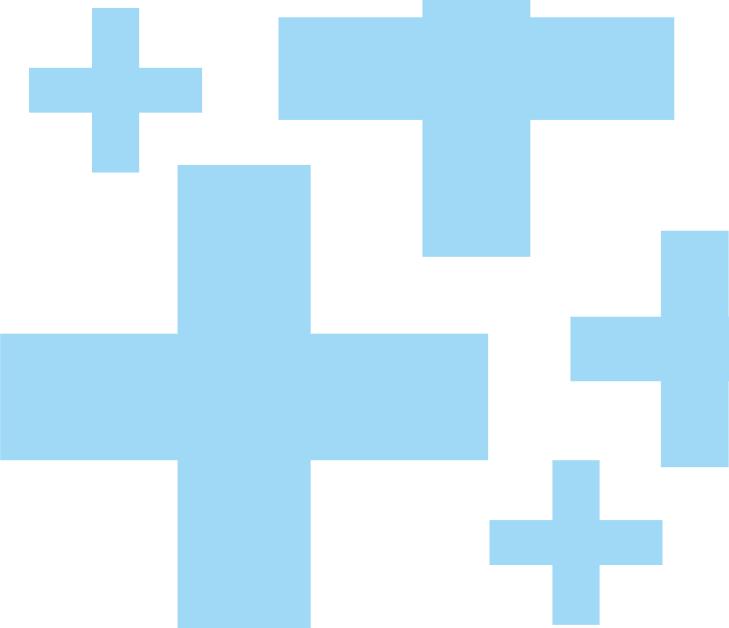
Kanser Paru-paru adalah penyebab utama kematian akibat kanser kaum lelaki

Kanser Payudara adalah penyebab utama kematian akibat kanser kaum wanita

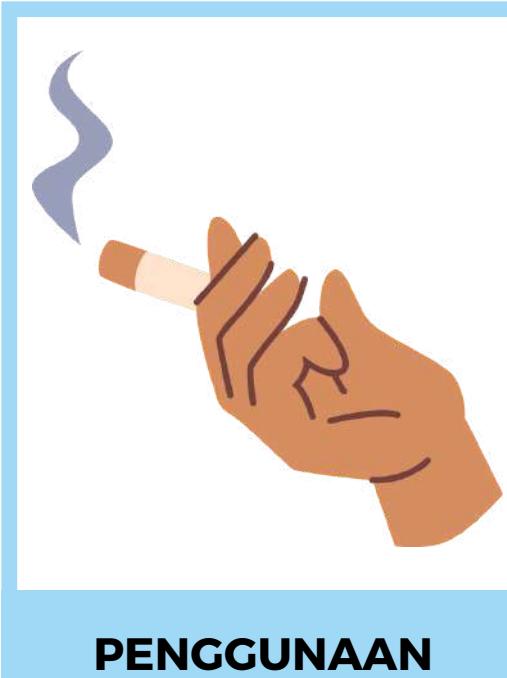


Kadar kejadian kanser meningkat dengan ketara untuk golongan lelaki dan wanita selepas umur 30 tahun. >90% kanser dipengaruhi oleh faktor persekitaran dan gaya hidup. 30-50% kanser boleh dicegah dengan mengamalkan gaya hidup sihat.

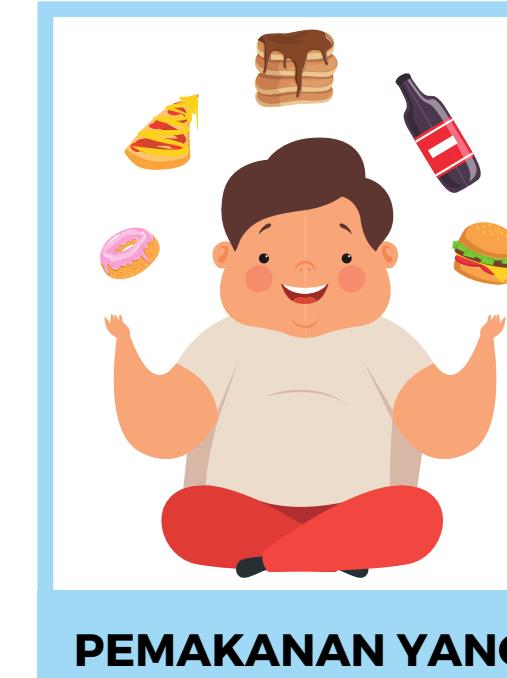




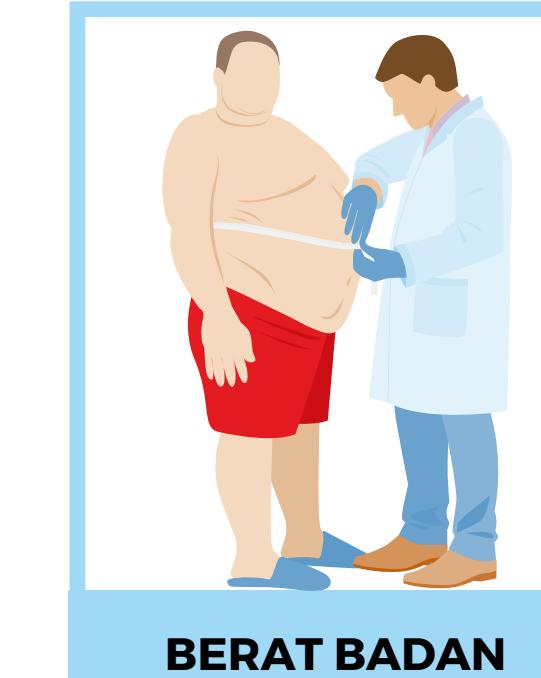
FAKTOR RISIKO KANSER YANG BOLEH DIUBAH



PENGGUNAAN
TEMBAKAU



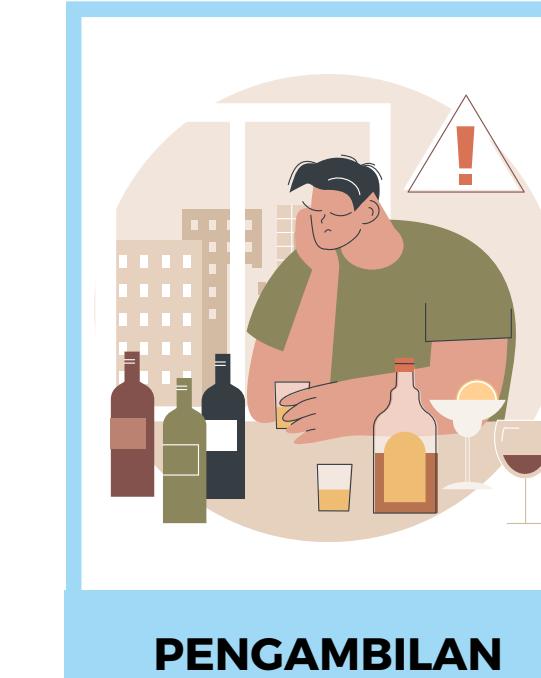
PEMAKANAN YANG
TIDAK SIHAT



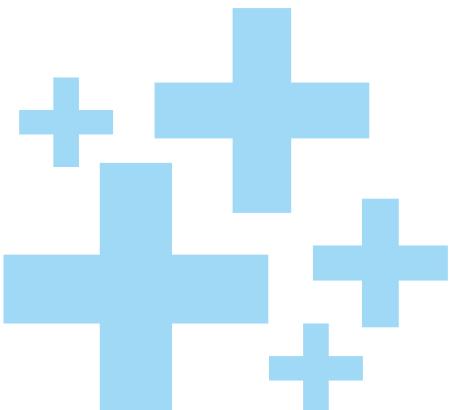
BERAT BADAN
BERLEBIHAN



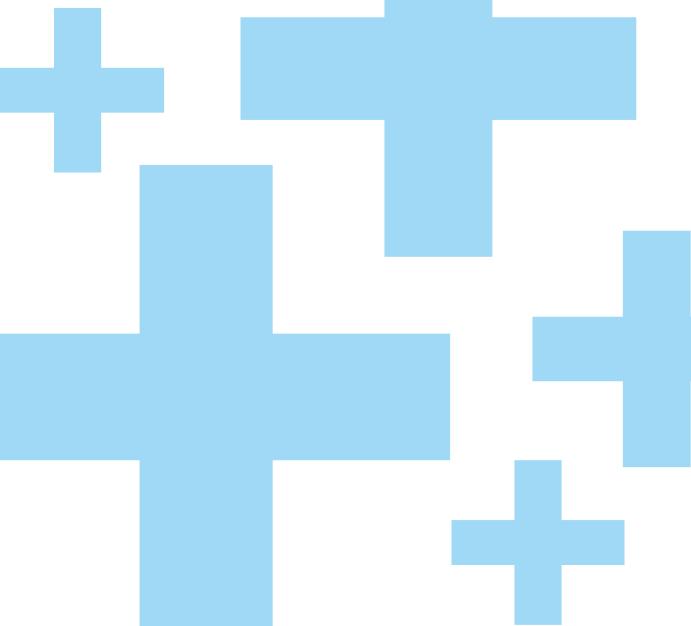
KURANG AKTIVITI
FIZIKAL



PENGAMBILAN
ALKOHOL



FAKTOR RISIKO KANSER YANG **TIDAK** BOLEH DIUBAH



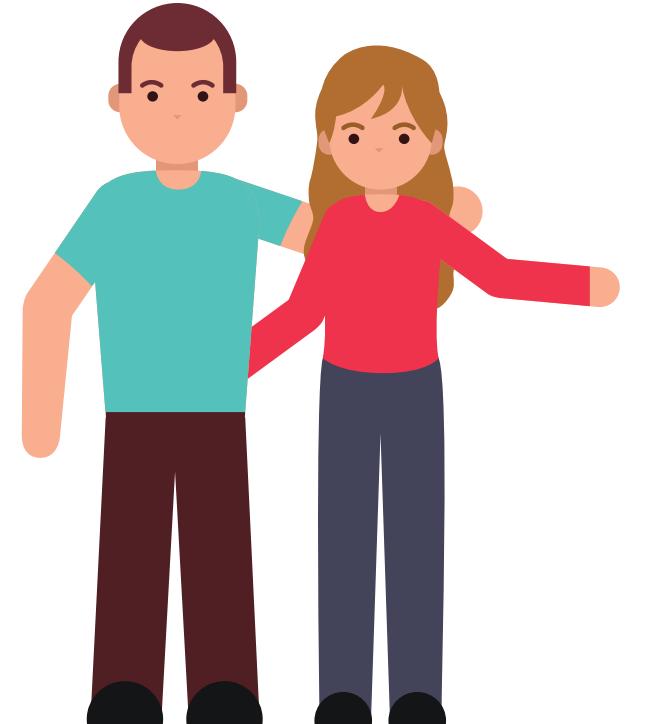
1. PENUAAN



Risiko kanser meningkat dengan peningkatan umur

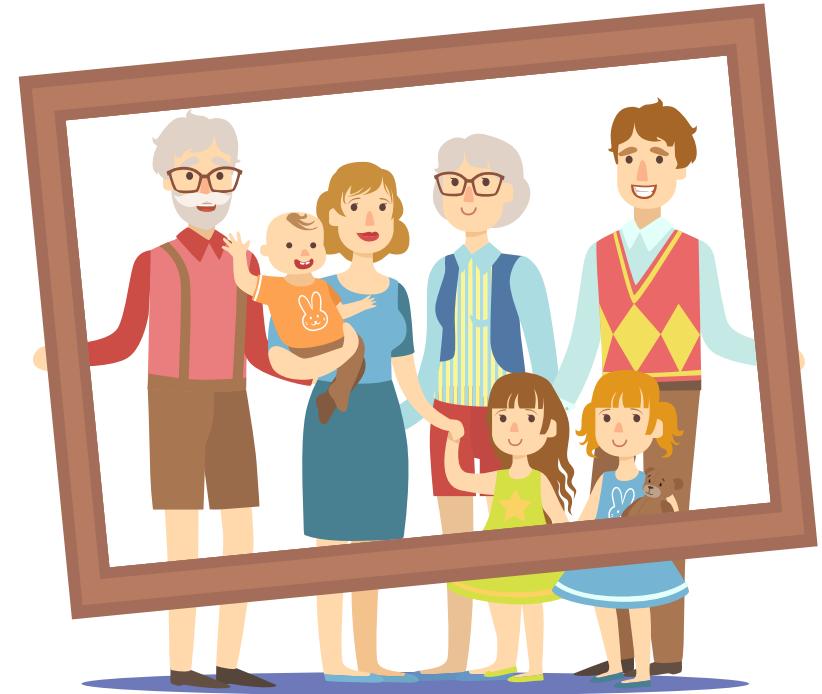


2. JANTINA DAN BANGSA



Mengikut jenis kanser

3. KETURUNAN



4% daripada semua jenis kanser berkait dengan genetik

9 TANDA AMARAN KANSER



Tanda 1

Ulser yang tidak sembahuh atau benjolan atau tompok-tompok putih dan merah di mulut.



Tanda 2

Pendarahan dari faraj yang berlaku antara tempoh haid atau selepas putus haid (menopos).



Tanda 3

Benjolan pada payudara atau sebarang perubahan yang dikesan pada payudara.



Tanda 4

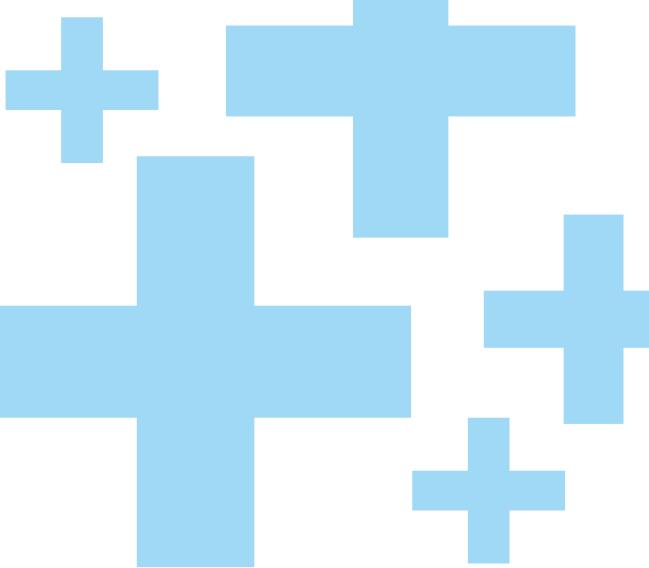
Perubahan pada pola membuang air besar.



Tanda 5

Benjolan dileher yang tidak wujud sebelum ini.

9 TANDA AMARAN KANSER



Tanda 6

Suara garau lebih dari 2 minggu.



Tanda 7

Pendarahan yang luar biasa dari hidung atau hilang pendengaran atau telinga yang berdengung



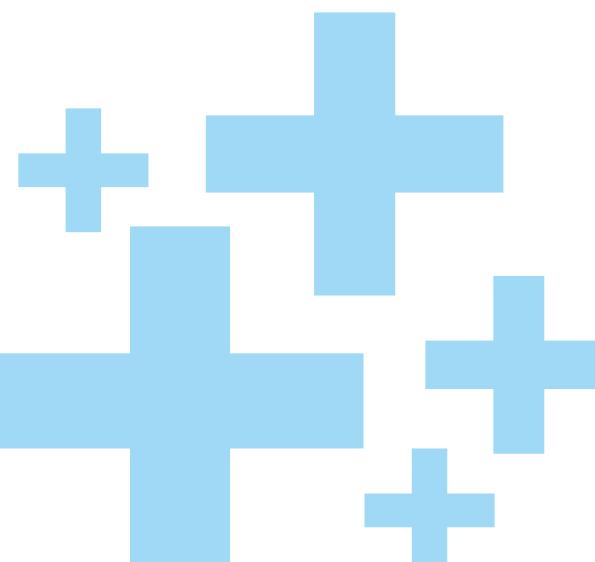
Tanda 8

Sakit atau ketidak selesaan pada perut yang berterusan.



Tanda 9

Batuk yang berterusan dan kahak berdarah.



RAWATAN KANSER

Pengesahan awal dan **rawatan segera** boleh membantu kanser dari merebak ke tempat lain dalam badan.

Tiga cara **utama** merawat kanser adalah:

1. Pembedahan
2. Radioterapi
3. Kemoterapi

1/3

daripada penyakit kanser boleh dicegah

1/3

boleh dirawat dengan baik sekiranya dikesan pada peringkat awal

1/3

Kualiti hidup dapat dipertingkatkan dengan rawatan paliatif

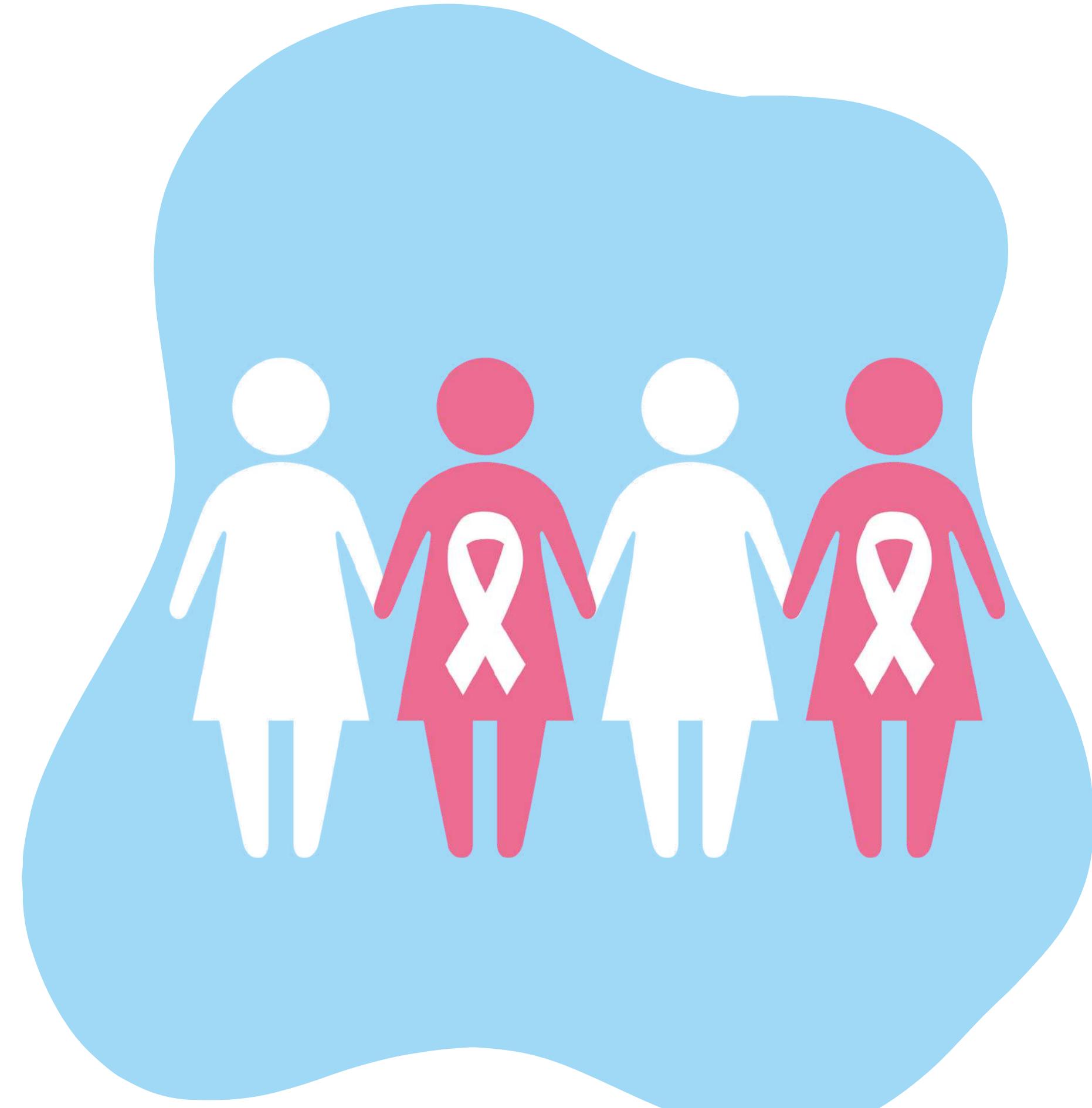


KANSER PAYUDARA



- Menyumbang **19%** bagi penyakit kanser di Malaysia.
- Jika dikesan lewat boleh merebak ke organ lain seperti paru-paru, otak dan hati.
- **Setiap wanita berisiko menghidap kanser payudara.**

⚠ **11 dalam 27** wanita berisiko untuk mendapat kanser payudara seumur hidup



FAKTOR RISIKO KANSER PAYUDARA

Faktor Risiko Boleh Diubah



Menyusu

Wanita yang menyusukan anak dalam tempoh 1-2 tahun akan mengurangkan risiko mendapat kanser payudara



Alkohol

Pengambilan alkohol meningkatkan risiko sebanyak 1.5 kali ganda



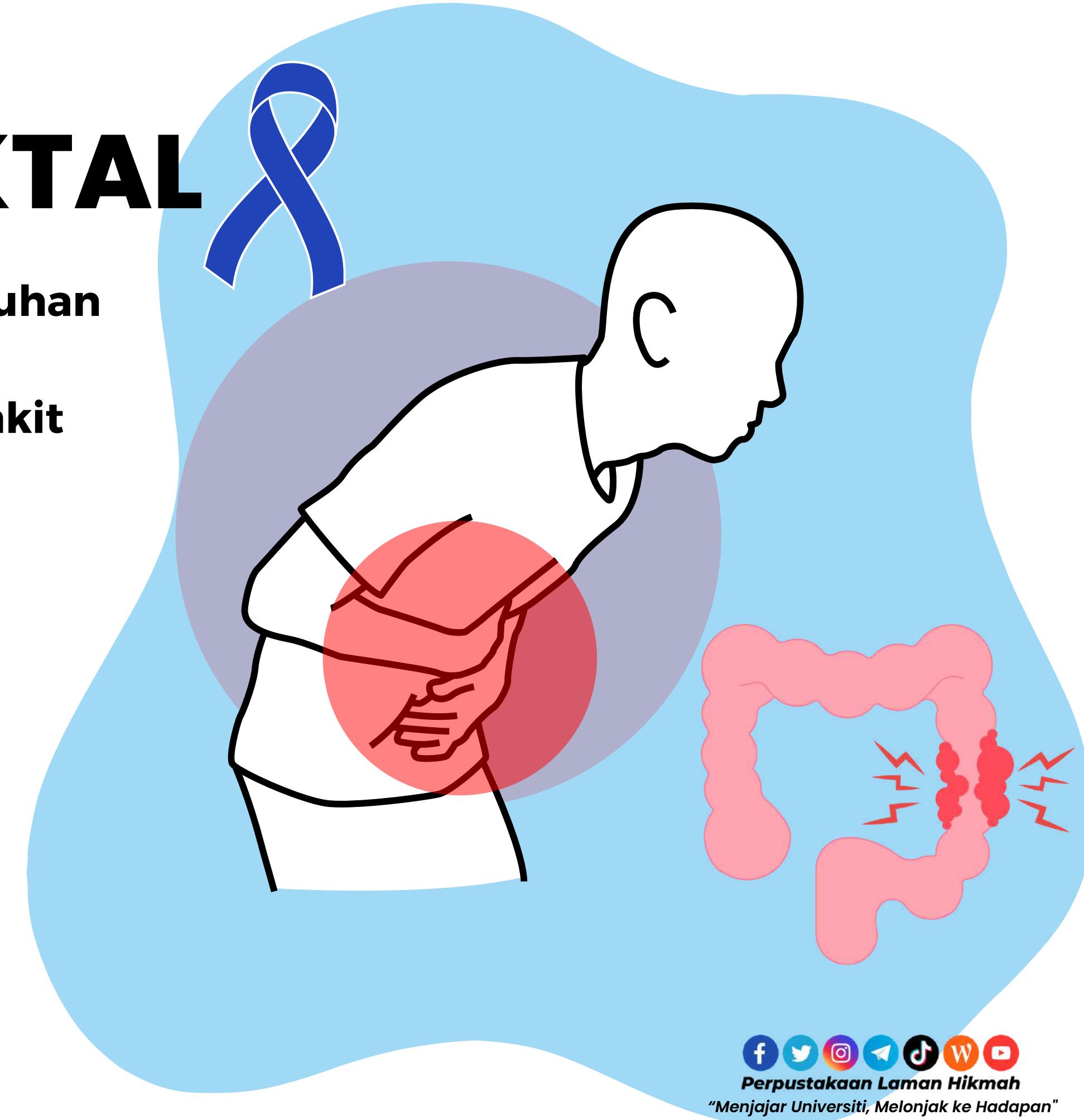
Tidak aktif

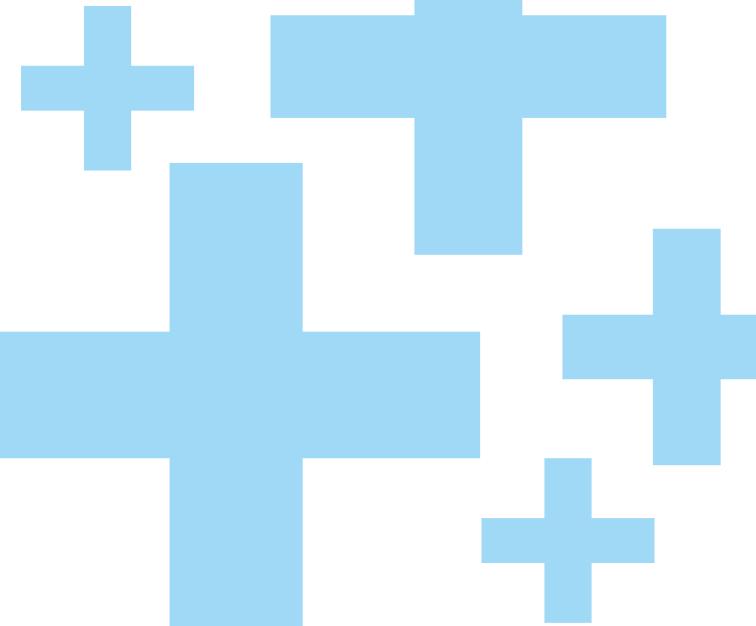
Tidak aktif melakukan aktiviti-aktiviti fizikal

KANSER KOLOREKTAL

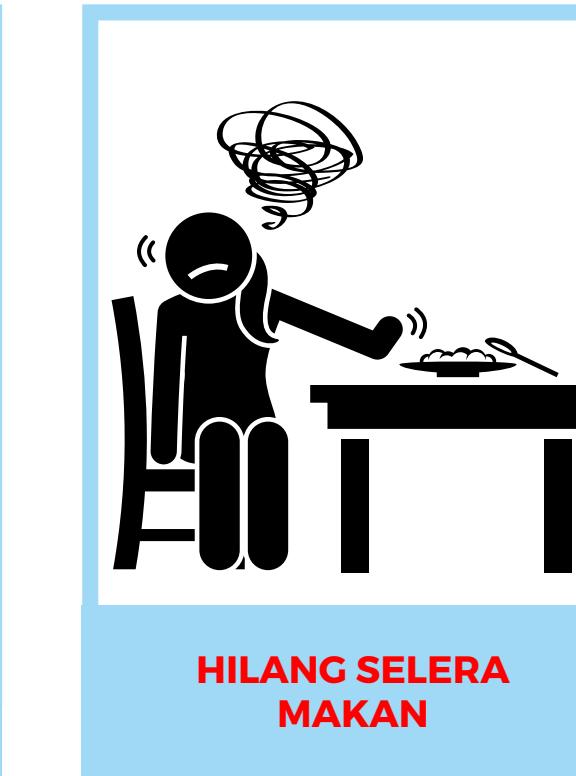
- Kanser kolorektal ialah sejenis ketumbuhan yang terdapat di usus besar/kolon.
- >80% kes dikesan dalam kalangan pesakit berumur 50 tahun ke atas.

Merupakan kanser **KEDUA** tertinggi di Malaysia tanpa mengira jantina dan merangkumi 13.5% daripada jumlah keseluruhan kanser





TANDA DAN GEJALA KANSER KOLOREKTAL



FAKTOR RISIKO KANSER KOLOREKTAL

Faktor Risiko Boleh Diubah



Kurang aktiviti fizikal

Wanita yang menyusukan anak dalam tempoh 1-2 tahun akan mengurangkan risiko mendapat kanser payudara



Pengambilan alkohol

Pengambilan alkohol meningkatkan risiko sebanyak 1.5 kali ganda



Berat badan berlebihan

Tidak aktif melakukan aktiviti-aktiviti fizikal



Pemakanan tidak sihat

Tidak aktif melakukan aktiviti-aktiviti fizikal

FAKTOR YANG TIDAK BOLEH DIUBAH

- ① Umur >50 Tahun**
- ② Radang usus/kolon (Inflammatory bowel disease)**
- ③ Sejarah keluarga menghidap kanser kolorektal Polip**
- ④ Sindrom genetik seperti Familial Adenomatous**
- ⑤ Polyposis (FAP) atau Hereditary Non-Polyposis Colorectal Cancer**
- ⑥ Sejarah menghidap kanser lain**

KANSER PARU-PARU

- Merupakan penyebab utama kematian dalam golongan lelaki di Malaysia.
- Majoriti kanser ini dikesan lewat dan menyebabkan ia sukar dirawat.
- 90% daripada kanser paru-paru disebabkan oleh amalan menghisap rokok dan dalam kalangan perokok pasif.



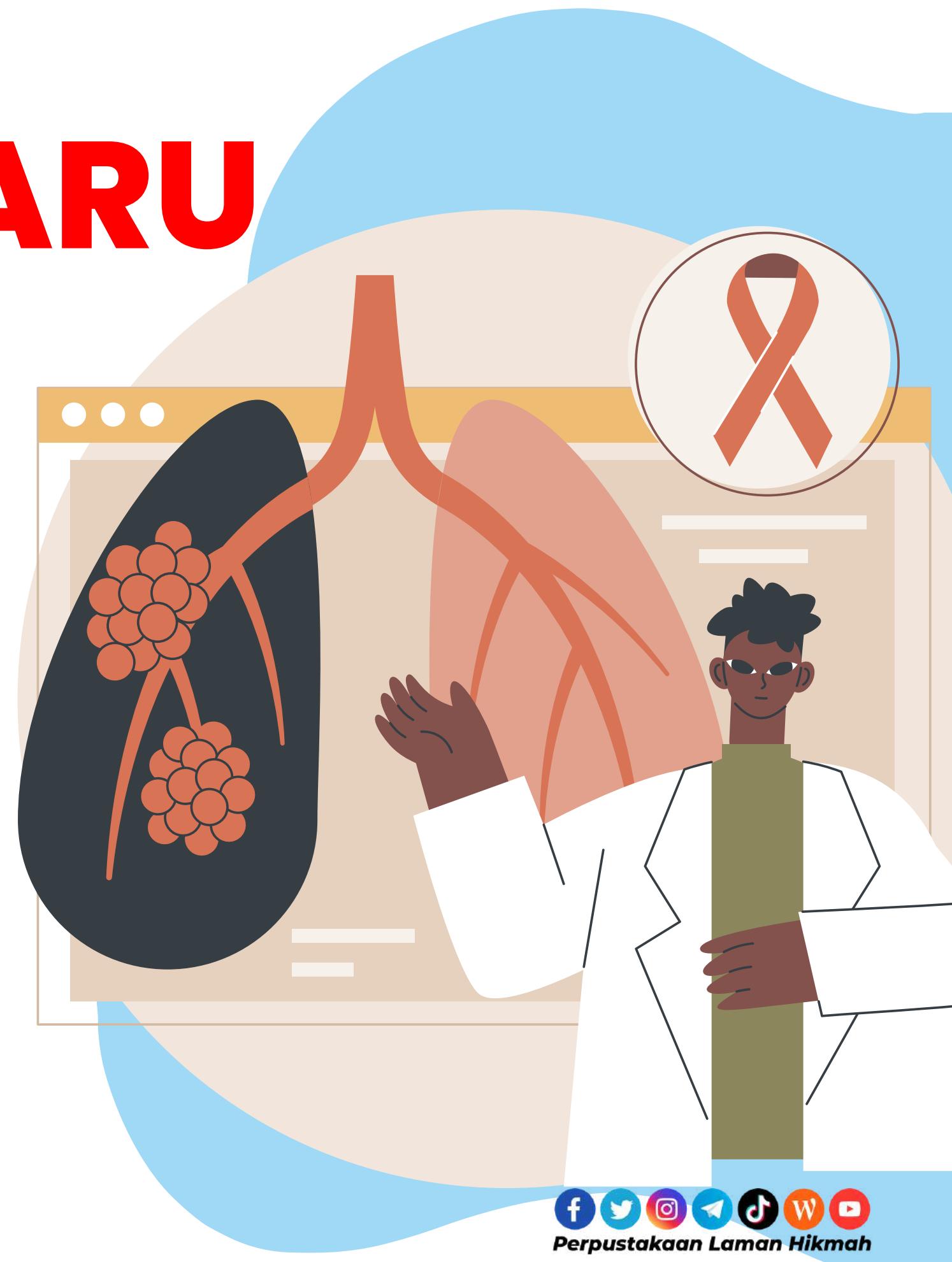
Merokok dan pendedahan pada asap tembakau

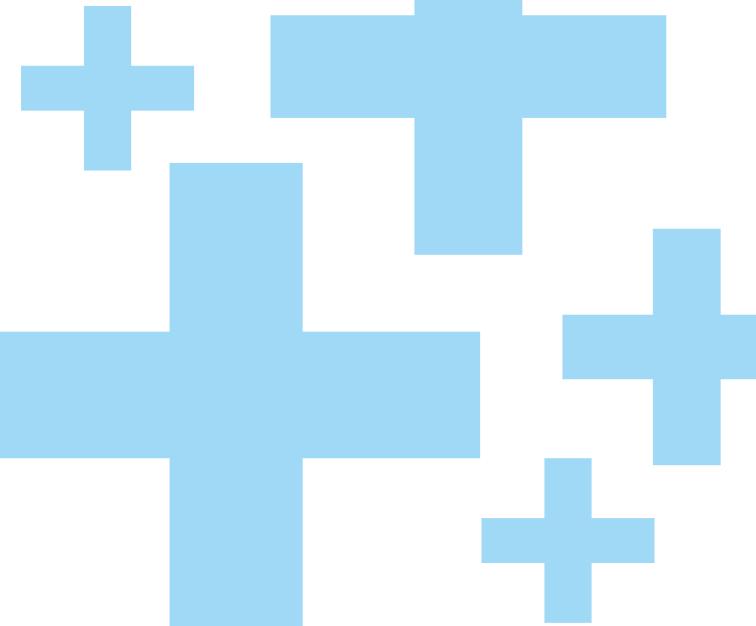


Faktor persekitaran seperti kerja-kerja yang berhubung kait dengan asbestos, keluli, nikel, krom atau gas arang batu.

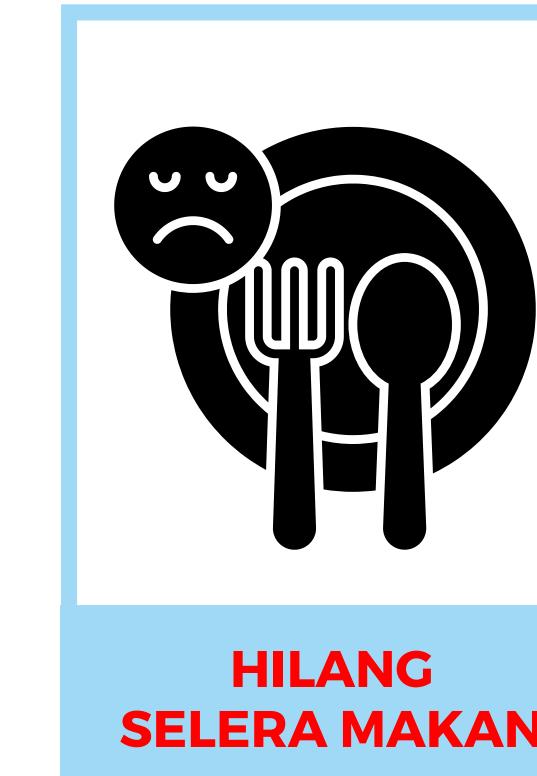


Sejarah Keluarga: Risiko adalah lebih tinggi jika ahli keluarga terdekat telah disahkan menghidap kanser paru-paru





TANDA DAN GEJALA KANSER PARU-PARU

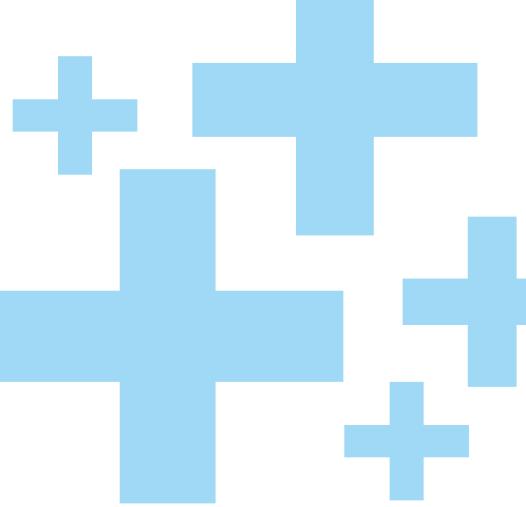


PENGESANAN AWAL

MENYELAMATKAN NYAWA

-  **Lakukan saringan kanser**
-  **Bertindak sebelum terlambat**
-  **Ketahui tanda dan gejala**
-  **Jangan berlengah**





- # SUMBER
- ▶ [https://www.homage.com.my/ms/kesihatan/bah
an-menyebabkan-cancer/](https://www.homage.com.my/ms/kesihatan/bahan-menyebabkan-cancer/)
 - ▶ [https://www.moh.gov.my/moh/resources/Pener
bitan/Rujukan/NCD/Kanser/Flip_Chart_Kanser_Ut
ama_di_Malaysia.pdf](https://www.moh.gov.my/moh/resources/Penerbitan/Rujukan/NCD/Kanser/Flip_Chart_Kanser_Utama_di_Malaysia.pdf)

