

AKHBAR : UTUSAN MALAYSIA
MUKA SURAT : 1
RUANGAN : MUKA HADAPAN

6.7 juta rakyat berisiko hidap hati berlemak

Oleh **FATIN NORIZATI MAT ISA**
utusannews@mediamulla.com.my

PETALING JAYA: Kira-kira 28.2 peratus atau 6.7 juta daripada hampir 23 juta individu golongan dewasa di negara ini berisiko menghidap penyakit hati berlemak

berkaitan kegagalan fungsi metabolik atau dikenali sebagai MAFLD.

Tinjauan Kebangsaan Kesihatan dan Morbiditi (NHMS) 2023 melaporkan, jumlah itu merangkumi tiga daripada 10 individu dewasa mengalami masalah kesih-

tan tersebut.

Berdasarkan tinjauan itu, golongan lelaki lebih cenderung menghidap penyakit hati berlemak dengan peratusan sebanyak 32 peratus berbanding hanya 25 peratus bagi golongan wanita.

Hati berlemak atau MAFLD

adalah keadaan di mana lemak berkumpul di hati tanpa disebabkan pengambilan alkohol dan sering berkaitan dengan sindrom metabolik seperti obesiti, diabetes dan dislipidemia.

Bersambung di muka 2

AKHBAR : UTUSAN MALAYSIA
MUKA SURAT : 2
RUANGAN : DALAM NEGERI

6.7 juta rakyat berisiko hidap hati berlemak

Dari muka 1

Malah, golongan individu dewasa yang berat badannya normal dan berlebihan juga dikesan berpotensi bahaya menghidap penyakit hati berlemak iaitu sebanyak 23 peratus bagi dewasa yang mengalami obesiti.

Kadar MAFLD yang dicatatkan di peringkat global adalah sebanyak 25 peratus seterusnya penyumbang utama kepada penyakit hati yang kronik.

Pakar Kesihatan Komuniti, Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM), Profesor Dr. Sharifa Ezat Wan Puteh berkata, peningkatan prevalensi MAFLD di Malaysia dipengaruhi oleh beberapa faktor utama yang boleh mengakibatkan pelbagai komplikasi kesihatan lain.

Menurut beliau, komplikasi kesihatan tersebut termasuk pemakanan tidak sihat, peningkatan berat badan, merokok, diabetes yang menyebabkan resistensi insulin, umur semakin meningkat, pengambilan alkohol, peningkatan lemak trigliserida dan faktor genetik.

"MAFLD ini bukan sahaja berisiko terhadap individu mempunyai berat berlebihan malah, individu yang berat badannya ideal atau kurus juga dikesan berpotensi menghidap penyakit tersebut.

"Individu obesiti lebih berisiko menghidap MAFLD. Risiko ini semakin tinggi akibat pertambahan berat badan kerana resistensi insulin yang meningkat menyebabkan lemak terperangkap dalam sel hati," katanya ketika dihubungi *Utusan Malaysia*.

Dr. Sharifa Ezat berkata, golongan lelaki lebih cenderung menghidap penyakit hati berlemak berbanding wanita kerana mereka lebih terdedah kepada minuman alkohol dan merokok.



Individu obesiti lebih berisiko menghidap MAFLD. Risiko ini semakin tinggi akibat pertambahan berat badan kerana resistensi insulin yang meningkat menyebabkan lemak terperangkap dalam sel hati."

"Merokok dan pengambilan alkohol merosakkan organ-organ sistemik tubuh, terutama hati. Kedua-duanya boleh menyebabkan fibrosis hati, inflamasi kronik, dan berpotensi membawa kepada pembentukan tumor serta kanser hati.

"Paras kolesterol tinggi, kencing manis dan MAFLD mempunyai hubungan yang rapat dimana ketiga-tiga keadaan ini saling berkaitan dan boleh memburukkan lagi kesihatan hati," jelasnya.

Selain itu, Dr. Sharifa Ezat berkata, peningkatan masalah berat badan berlebihan, kencing manis atau kerentanan insulin, tahap kolesterol atau trigliserida yang tinggi dalam darah bukan sahaja menjejaskan kesihatan secara umum tetapi turut mempengaruhi kepada peningkatan prevalensi MAFLD di Malaysia.

Jelas beliau, kesan sekiranya MAFLD tidak dirawat pada peringkat awal, ia boleh menyebabkan parut pada hati (fibrosis), yang boleh membawa kepada kanser hati (karsinoma hepa-

toselular) dan kegagalan fungsi hati sekiranya berlarutan.

"Hati berlemak boleh menyebabkan kerosakan yang mengakibatkan keradangan hati (steatohepatitis bukan alkohol) dan kerosakan ini menyebabkan hati mudah mengalami keradangan kronik yang boleh berkembang menjadi tumor dan akhirnya kanser," katanya.

Sementara itu, Pakar Perubatan Kesihatan Awam Malaysia, Datuk Dr. Zainal Ariffin Omar berkata, terdapat dua faktor mengapa lelaki lebih cenderung menghidap MAFLD berbanding wanita.

"Terdapat hormon estrogen pada wanita yang memberikan perlindungan serta bahan atau agen reseptor FPR2 yang mengurangkan keadaan inflamasi dan keradangan sel.

"Obesiti membawa risiko yang lebih tinggi berbanding berat badan normal. Kolesterol dan kencing manis boleh menyebabkan gangguan metabolisme glukosa dan lemak, yang mengakibatkan pengumpulan lemak dalam hati," katanya.

Mengulas lanjut, Dr. Zainal berkata, penghidap MAFLD biasanya tidak menunjukkan sebarang simptom pada peringkat awal.

Menurutnya, kebanyakan simptom hanya dikesan apabila penyakit ini sudah berada di tahap lanjutan, di mana hati telah mengalami komplikasi serius dan kegagalan fungsi. Jika dikesan awal, ia boleh diurus dengan baik dan mungkin kembali normal.

"Namun, kebanyakan kes tidak dikesan sehingga gejala seperti jaundis, sakit abdomen, penurunan berat badan, dan hilang selera makan muncul. Pada tahap lanjutan, MAFLD boleh berkembang menjadi kanser hati yang sukar diubati," katanya.

AKHBAR : THE STAR
MUKA SURAT : 12
RUANGAN : NATION

Bid to promote Sabah as health destination

KOTA KINABALU: The Sabah Tourism Board (STB) plans to set up a Health Tourism Committee to position the state as an emerging destination in South-East Asia's health tourism sector, says its chairman Datuk Joniston Bangkual.

He made the proposal at a meeting on Thursday with the pro-tem committee of the Sabah Health Tourism Council (SHTC), led by Dr Anil Kumar.

Also present were STB chief executive officer Julinus Jeffrey Jimit and SHTC pro-tem committee members, including Commonwealth Pharmacists Association vice-president Datuk Nancy Ho.

In a statement released here yesterday, Bangkual said that the proposed Health Tourism Committee should include health professionals, hotel associations and airlines to provide expert input that would complement STB's promotional initiatives.

Among the committee's responsibilities are formulating a clear and practical

framework to promote and market Sabah as a health tourism destination as well as support its ongoing development.

During the pro-tem meeting, members highlighted the need for more concerted efforts to raise Sabah's profile in this niche industry, including collaborating with STB to maximise its potential.

They also emphasised the importance of formalising SHTC's status under the state government as a crucial step to gain the necessary momentum and support for health tourism initiatives.

Bangkual expressed his support, acknowledging the critical role of government recognition in securing the necessary backing for health tourism development in Sabah.

"The Chief Minister himself has spoken about Sabah's potential to excel in health tourism, which is a positive sign for advancing these efforts.

"We have medical expertise and

sought-after treatments, and with Sabah's well-known natural attractions that can be leveraged for health tourism, it's time for us to move forward," he said.

Bangkual said he had advised the pro-tem committee to solidify the council's structure, with plans to present the matter for further discussion at the next STB board meeting.

Meanwhile, Dr Anil said Sabah has several medical centres with state-of-the-art facilities, which offer comprehensive health screening and treatment for a variety of ailments.

"Medical centres in Sabah also offer competitive fees and are comparatively cheaper," he said, adding that neighbouring Indonesia and Brunei are potential markets for medical tourism.

Dr Anil also said air connectivity from within the region to Kota Kinabalu is crucial to making Sabah a medical tourism destination.