

Kesadaran Rendah, Biaya Pengobatan Mencapai Rp 120. Juta

Penderita Kanker Payudara Berobat Ketika Tahap Akhir

Risiko kematian kanker payudara di Indonesia masih tinggi. Selain kesadaran yang rendah untuk melakukan pemeriksaan dini, biaya pengobatan pun tergolong mahal.

KEPALA Dinas Kesehatan DKI Jakarta Dien Ermawati mengatakan, kebanyakan penderita kanker payudara terlambat menyadari adanya kelainan yang terjadi di sekitar payudaranya. Sehingga, ketika memeriksakan diri, sudah masuk tahap akhir.

"Kalau kanker payudaranya sudah masuk tahap akhir, biayanya tidak sedikit. Bisa berkisar antara Rp 80 sampai Rp 120 juta dari tahap awal sampai akhir. Angka segitu tentu sangat mahal bagi masyarakat yang memiliki ekonomi pas-pasan," ujarnya, di Jakarta, Kamis (3/4).

Karena itu, tindakan preventif alias pecegahan dini terjadinya kanker payudara sangat dianjurkan kepada setiap masyarakat,



BERDERET: Kepala Dinas Kesehatan DKI Jakarta Dien Ermawati (tengah) menjelaskan pentingnya periksa payudara bagi ibu rumah tangga dan wanita karir di acara seminar kesehatan kanker payudara di Jakarta, Kamis (3/4).

khususnya perempuan agar memiliki kesadaran memeriksakan kesehatan payudaranya.

Kepala Instalasi Deteksi dan Onkologi Sosial Rumah Sakit Kanker Dharmas Dr Walta Gautama menambahkan, berdasarkan data Badan Kesehatan Dunia Globocan 2008, 50 persen dari kasus kanker payudara, 58 persen di antaranya berujung pada kematian akibat penyakit itu terjadi di negara-negara yang kurang

berkembang.

"Jumlah kasus penderita kanker yang tidak bisa diselamatkan, terbanyak menimpa penderita kanker payudara. Makanya, kanker payudara menjadi penyebab kematian utama akibat kanker," katanya.

Salahnya, sebagian besar pasien kanker payudara yang didominasi perempuan, datang terlambat untuk melakukan pengobatan. Saat itu, kondisinya sudah memasuki stadium lanjut.

Sehingga, penanganannya pun sudah tidak bisa maksimal lagi.

"Padahal, jika terdeteksi dini dan segera diterapi, sebetulnya kanker payudara ini bisa dikalahkan. Sayangnya, sebagian besar perempuan tidak memahami faktor risiko penyakit tersebut," sesalnya.

Dalam rangka meningkatkan pemahaman dan informasi terkait pencegahan dini kanker payudara, Ketua Yayasan Kanker Indonesia Veronica Tan Basuki

Tjahaja Purnama menggelar kampanye pemeriksaan payudara sendiri (Sadari). Kampanye ini guna mencegah kematian akibat kanker payudara melalui upaya deteksi dini.

Dia berharap, melalui kegiatan tersebut, pencegahan kanker payudara bisa diminimalisir. Sebab, Sadari merupakan langkah simple dan mudah untuk dilakukan setiap orang.

"Tujuan kampanye ini diharapkan bisa membantu masyarakat mengetahui lebih dalam mengenai bagaimana mengatasi kanker," katanya.

Menurutnya, selain melakukan pemeriksaan payudara secara dini dan rutin, ia mengimbau agar masyarakat tetap menerapkan pola hidup sehat. Bahkan, bagi perempuan yang baru melahirkan, disarankan untuk memberikan ASI eksklusif pada bayinya.

"Hindari juga alkohol, berhenti merokok. Perempuan juga harus mempertahankan berat badannya agar tetap sehat, serta rutin berolahraga," imbaunya. ■ IMA

Program Sadari Penting Untuk Deteksi Awal Kanker

PENDERITA kanker payudara bisa terhindar dari risiko peningkatan kanker dan kemoterapi bila diketahui lebih awal dengan melakukan deteksi dini. Menurut Kepala Instalasi Deteksi dan Onkologi Sosial Rumah Sakit Kanker Dharmas Dr Walta Gautama, ada empat cara yang bisa dilakukan para perempuan dalam mendeteksi kanker tersebut.

Pertama, dengan cara periksa payudara sendiri (Sadari). Hal ini bisa dilakukan dengan mudah, yakni cukup berdiri tegak di depan cermin, perhatikan bila ditemukan perubahan pada bentuk dan permukaan kulit payudara, atau

pembengkakan pada puting.

Lalu, angkat kedua lengan ke atas, posisikan tangan di belakang kepala, perlahan dorong siku ke depan dan ke belakang. Setelah itu, posisikan kedua tangan pada pinggang, dan condongkan bahu ke depan. Sehingga payudara menggantung dan dorong kedua siku ke depan lalu kencangkan otot dada.

"Tidak perlu khawatir bila bentuk payudara kanan dan kiri tidak simetris. Dengan melakukan gerakan ini, biasanya otot dada dengan sendirinya akan berkontraksi," katanya.

Ia melanjutkan, untuk mengangkat lengan kiri ke atas dan

tekuk siku sehingga tangan kiri memegang bagian atas punggung. Dengan menggunakan ujung jari tangan kanan, kita bisa meraba dan menekan area payudara.

Kemudian, lakukan gerakan atas-bawah, gerakan lingkaran dan gerakan lurus dari arah tepi payudara ke puting dan sebaliknya.

"Kita bisa mencermati seluruh bagian payudara kiri hingga ke area ketiak. Bisa dicubit area puting, untuk memastikan ada cairan yang keluar atau tidak? Bila ada, segera konsultasikan ke dokter," sarannya.

Menurutnya, pemeriksaan sendiri sebaiknya dilakukan selama 7

sampai 10 hari setelah menstruasi dan setiap 1 sampai 3 bulan sekali. Tak hanya itu saja, sambung dia, para penderita yang sudah telanjur terdeteksi kanker payudara, bisa menjalani pemeriksaan klinis yang dilakukan tenaga medis terlatih. Di mana, dokter akan memeriksa jika terdapat benjolan pada payudara.

"Untuk pemeriksaan ini, direkomendasikan hanya dilakukan 1 sampai 3 tahun sekali," tuturnya.

Sementara untuk pemeriksaan yang mengharuskan penderita menggunakan sinar x dosis rendah bisa dilakukan dokter spesialis radiologi melalui Mammografi.

Dengan metode tersebut, me-

mungkinkan dokter melihat perubahan jaringan payudara secara dekat atau yang tidak teraba, saat melakukan pemeriksaan secara fisik.

Sedangkan ultrasonografi (USG), kata dia, merupakan pemeriksaan yang hanya direkomendasikan bagi wanita berusia 35 tahun ke bawah. Sebab, ketika di masa-masa ini, mammografi tidak bisa memeriksa payudara secara efektif.

"Kalau usianya masih di bawah 35 tahun jaringan payudaranya masih padat. Pemeriksaan USG bisa memandu pengambilan sampel cairan jaringan payudara, sebelum dilakukan operasi," jelasnya. ■ IMA