

<http://rimanews.com/entertainment/life-style/kenali-penyebab-terjadi-kanker-usus-besar/>



Kenali Penyebab Terjadinya Kanker Usus Besar

ATISURA

LIFE STYLE

MARCH 28, 2014 12:50 AM

0 COMMENTS

24 VIEWS

RIMANEWS-Makanan dan minuman yang kita konsumsi bisa menjadi salah satu pemicu terjadinya kanker usus besar. Demikian dikatakan spesialis gizi MRCC Siloam Hospitals Semanggi, Dr. Samuel Oetoro, MS, Sp.GK pada Media Health Forum & Peluncuran Kampanye Toilet bertema “Kalahkan Kanker Kolorektal Dengan Deteksi Dini” di The Energy Building, Sudirman, Jakarta, Kamis 27 Maret 2014.

Minum-minuman beralkohol secara berlebihan adalah salah satu kebiasaan tidak sehat yang harus dihindari karena dapat memicu terjadinya kanker usus besar.

“Alkohol bisa menyebabkan kanker usus. Oleh karena itu, minuman beralkohol harus dihindari dari sekarang,” jelasnya .

Selain itu, menurut Dr Samuel, kebiasaan dan pola makan yang tanpa kita sadari, , justru menjadi pencetus kanker usus besar. Seperti kita ketahui, sebagian besar orang-orang di Indonesia begitu menggemari konsumsi makanan tinggi gula dan garam.

“Garam bisa menyebabkan kanker usus dari dalam lambung, begitu pula sukrosa atau gula juga bisa menjadi pencetus kanker usus, misalnya *junk food*,” terangnya.

Tingginya lemak pada daging merah, lanjutnya, juga bisa menyebabkan seseorang terkena kanker usus besar karena daging merah memiliki kandungan lemak tinggi yang tidak menyehatkan.

“Daging juga bisa menjadi pencetus dari kanker usus karena lemak jenuh atau lemak jahat pada daging bisa memicu terjadinya kanker usus,” jelas Dr Samuel.[ach/okz/rm]

Sumber Foto: Istimewa