

Lakukan Sendiri Deteksi Kanker Usus Besar

Di antara sejumlah jenis kanker, salah satunya kanker usus besar atau kolorektal, lebih mudah dilakukan deteksi sendiri.

Deteksi itu bisa dilakukan sendiri di rumah. Caranya adalah dengan melihat bagai-manakah pola Buang Air Besar (BAB) setiap hari. Kanker usus besar adalah pertumbuhan abnormal sel-sel atau pembentukan tumor di usus besar (kolon) dan rektum. Sel-sel ini menyebar (bermetastasis) dan merusak jaringan lain atau organ dalam tubuh. Kanker usus besar merupakan kanker keempat tersering muncul. Begitu juga kematiannya menduduki posisi keempat. Usus besar berfungsi sebagai organ penyimpanan fekes sebelum dikeluarkan dari tubuh.

Sedangkan rektum adalah ujung dari usus besar yang berdekatan dengan anus.

Struktur dari saluran pencernaan adalah sasaran utama kanker kolorektal. Jika tidak segera dilakukan pengobatan, sel-sel kanker dapat menyebar ke hati, paru-paru, dan organ vital lainnya.

Kanker kolorektal, kata dokter spesialis penyakit dalam hematologi-onkologi medik, Cosphtadi Irawan, termasuk jenis kanker mematikan. "Padahal gejalanya mudah dikenali. Jika menemukan gejala-gejalanya harus dilakukan pemeriksaan untuk memastikan apakah gejala kanker usus besar atau bukan, lalu dilakukan pengobatan yang benar," katanya saat membicarakan tentang kanker kolorektal di Energy Building, Jakarta, Kamis (27/3).

Ia menjelaskan, untuk waspada adanya kanker usus besar di tubuh dengan memperhatikan pola BAB sehari-hari, terutama meliputi frekuensi BAB, bentuk fekes, sembelit atau diare berkepanjangan, bahkan



adanya bercak darah di fekes.

Deteksi Dini

Feses, kata Cosphtadi, bisa terlihat sangat merah atau berwarna sangat gelap. "Pada dasarnya kanker kolorektal bisa dideteksi dini dan segera ke dokter jika ada gejala-gejala tersebut, sehingga cepat mendapatkan tindakan medis yang tepat sebelum sel-sel kanker itu menyebar," kata dokter di RS Cipto Mangunkusumo ini.

Menurut Cosphtadi, jika seseorang menemukan satu atau beberapa gejala perubahan pola BAB, maka dia harus segera lakukan pemeriksaan dan menemui dokter subspecialis. "Pertama, mendatangi dokter yang menangani penyakit yang berhubungan dengan pencernaan (gastroenterologi)," katanya.

Jika memang terbukti kanker, maka akan ditangani oleh dokter kanker (hematologi onkologi medik, bedah onkologi). Agar memudahkan diagnosis, sangat disarankan pasien mencatat atau mengingat gejala-gejala yang dialaminya, tulis juga perubahan pada pola hidup atau aktivitas akibat gejala yang dialami dan menulis obat-obatan apa yang sedang dikonsumsi.

Dokter kemudian akan meminta dilakukan pemeriksaan tes darah samar pada fekes. Sampel fekes bisa dilakukan di rumah lalu dibawa ke laboratorium. Pemeriksaan ini juga bisa dilakukan sebagai deteksi dini kanker kolorektal setiap 1-2 tahun sekali.

Pemeriksaan lain dengan menggunakan pipa atau selang kecil dan tipis berkamera yang dimasukkan ke rektum sehingga dokter bisa melihat melalui layar monitor ke dalam rektum dan ke bagian pertama dari usus besar tempat separuh dari polip biasa ditemukan. Pemeriksaan bisa

Kanker Usus Besar Bukan Faktor Keturunan

Sebanyak 70 persen, kanker termasuk kanker usus besar bisa muncul begitu saja tanpa adanya faktor risiko. Hanya 5-10 persen yang diturunkan (genetik). Perjalanan kanker memakan waktu yang lama di atas 10 tahun lebih, sehingga ketika seseorang diketahui menderita kanker, umumnya saat mencapai usia 50 tahun (90 persen). Walaupun pada usia yang lebih muda, mereka bisa menderita penyakit ini.

Sekitar 3 persen kanker usus besar menyerang penderita di bawah usia 40 tahun. Faktor yang menyebabkan kanker bisa menimpa yaitu pola makan dan gaya hidup.

Dokter Cosphtadi Irawan mengatakan, kebanyakan kanker usus besar berawal dari pertumbuhan sel yang tidak ganas (disebut adenoma). Pada stadium awal membentuk sebuah

polip. "Kebanyakan, polip akan tetap bersifat jinak, tapi beberapa polip berpotensi berubah menjadi kanker dalam jangka waktu panjang. Pemeriksaan sederhana untuk mengetahui adanya polip atau tidak dengan melalui rektum (colok dubur)," katanya. Salah satu langkah untuk menekan risiko kanker usus besar adalah dengan menerapkan gaya hidup sehat, yang terpenting memperhatikan makanan dan minuman yang dikonsumsi.

Mengonsumsi makanan yang mengandung serat, yakni sayur dan buah-buahan, serta gandum utuh dapat mencegah terjadinya kanker usus besar. "Setiap hari, makanan yang lengkap dan seimbang. Ada karbohidrat, protein, cukup nutrisi dan mineral dan juga makanan serat tinggi," kata dokter spesialis gizi klinik, Samuel Oetoro. (ila)



Waspada Kanker Usus Besar

1. Apakah Anda alami sejumlah gejala ini? Nyeri di perut, Diare atau sembelit berkepanjangan, Perut terasa kembung walau sudah Buang Air Besar (BAB), BAB disertai bercak darah. Jika jawaban ya, waspadai kanker usus besar, hubungi dokter untuk pemeriksaan lebih lanjut.
2. Stadium pada kanker kolorektal terbagi menjadi stadium 0 hingga IV:
 - Stadium 0: Tumor ditemukan dalam ukuran kecil dan terbatas di bagian dalam usus besar dan rectum. Terapi: pembedahan.
 - Stadium I: Tumor telah masuk ke lapisan usus lainnya, tapi belum menyebar keluar dinding usus besar. Terapi: pembedahan.
 - Stadium II: Tumor telah menyebar keluar dinding usus besar atau rectum, menyebar ke jaringan terdekat, belum sampai kelenjar getah bening. Terapi: pembedahan, kemoterapi, radiasi.
 - Stadium III: Tumor telah menyebar ke kelenjar getah bening terdekat, tapi belum sampai ke organ tubuh yang letaknya lebih jauh. Terapi: pembedahan, kemoterapi, radiasi.
 - Stadium IV: Tumor telah menyebar ke organ tubuh atau jaringan lain seperti hati dan paru. Terapi: pembedahan, kemoterapi, radiasi, dan terapi tepat sasaran.

dilakukan lima tahun sekali. Bisa juga langsung dengan kolonoskopi, yang merupakan tes terakurat. Pipa atau selang plastik yang panjang dan kecil dimasukkan ke rektum, sehingga dokter bisa melihat keseluruhan usus besar, mengambil polip, dan mengambil contoh jaringan untuk dilakukan biopsi. Biasanya, sebelum pemeriksaan kolonoskopi, dokter akan memberikan anestesi. Pemeriksaan ini bisa dilakukan secara berkala setiap 10 tahun sekali. Pemeriksaan lain dengan Ultrasonography (USG), Virtual Colonoscopy. (11)