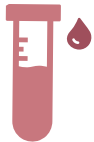


MULTIPLE MYELOMA

RISALAH MAKLUMAT PESAKIT



Apakah itu Multiple Myeloma?



Multiple Myeloma ialah sejenis kanser darah yang bermula dalam **sel plasma (plasma cells)**, iaitu sejenis sel darah putih yang terdapat di dalam sumsum tulang.

Dalam penyakit ini, sel plasma yang tidak normal membiak secara tidak terkawal dan menghasilkan protein abnormal yang dikenali sebagai **M-protein**. Pengumpulan sel dan protein ini boleh merosakkan **tulang, buah pinggang dan sistem imun badan**.

Mieloma Berganda lebih kerap berlaku dalam kalangan orang dewasa yang berusia lanjut, namun ia juga boleh berlaku pada mana-mana peringkat umur.

Tanda dan Gejala

Gejala Multiple Myeloma berbeza antara individu dan ia termasuk:



Keletihan atau lemah badan akibat anemia



Penurunan berat badan tanpa sebab



Jangkitan yang kerap berlaku



Kebas atau kelemahan pada kaki (akibat penglibatan tulang belakang)



Sakit tulang yang berterusan, terutamanya di bahagian belakang, rusuk atau pinggul



Loya, rasa sangat dahaga atau kekeliruan (akibat paras kalsium tinggi)

Sekiranya anda mengalami sakit tulang atau keletihan yang berterusan, sila dapatkan pemeriksaan doktor dengan segera.

Bagaimanakah Multiple Myeloma Didiagnosis?

Doktor akan menggunakan gabungan ujian darah, air kencing dan pengimejan:

1 Ujian Darah

Mengesan M-protein, anemia, fungsi buah pinggang dan paras kalsium.

2 Ujian Air Kencing

Mengesan protein Bence-Jones, iaitu protein abnormal yang berkaitan dengan mieloma.

3 Aspirasi dan Biopsi Sumsum Tulang (Bone Marrow Aspiration & Biopsy)

Mengesahkan kehadiran sel plasma abnormal dalam sumsum tulang.

4 Ujian Pengimejan

Termasuk X-ray, MRI, CT atau PET scan untuk mengesan kerosakan atau perubahan pada tulang.

5 Ujian Sitogenetik dan Molekul (Cytogenetic & Molecular Tests)

Mengenal pasti keabnormalan genetik bagi membantu perancangan rawatan.

Pilihan Rawatan

Rawatan adalah berdasarkan keadaan kesihatan pesakit dan tahap penyakit:



Terapi Sasaran (Targeted Therapy)

Ubat seperti Bortezomib, Carfilzomib atau Ixazomib yang menyasarkan protein tertentu dalam sel kanser.



Terapi Imunomodulator (Immunomodulatory Therapy)

Ubat seperti Lenalidomide atau Thalidomide yang membantu sistem imun mengawal sel mieloma.



Kemoterapi

Digunakan untuk membunuh sel kanser dan mengurangkan beban penyakit.



Pemindahan Sel Stem (Stem Cell Transplant)

Prosedur untuk menggantikan sumsum tulang yang rosak dengan sel stem yang sihat selepas rawatan intensif.



Rawatan Sokongan (Supportive Care)

Termasuk ubat bisfosfonat untuk menguatkan tulang, pengurusan kesakitan, pemindahan darah dan antibiotik.



Radioterapi

Kadangkala digunakan untuk melegakan kesakitan atau mengawal lesi pada tulang.

Hidup dengan Multiple Myeloma



Pemakanan sihat

Amalkan diet seimbang yang kaya dengan buah-buahan, sayur-sayuran dan protein.



Penjagaan tulang

Elakkan aktiviti berat yang boleh memberi tekanan kepada tulang.



Penghidratan

Minum air secukupnya untuk melindungi fungsi buah pinggang.



Senaman ringan

Aktiviti seperti berjalan membantu mengekalkan kekuatan dan tenaga.



Sokongan emosi

Dapatkan bantuan kaunseling atau sertain kumpulan sokongan pesakit.



Lawatan susulan berkala

Ujian darah dan air kencing secara berkala penting untuk memantau rawatan.

Bilakah Anda Perlu Mendapatkan Rawatan Segera?

Dapatkan rawatan segera jika anda mengalami:



Sakit tulang yang tiba-tiba teruk atau patah tulang



Demam berpanjangan atau jangkitan berulang



Kekeliruan, rasa sangat dahaga atau pengeluaran air kencing berkurang



Kebas atau kelemahan pada kaki

**Risalah ini disediakan untuk tujuan pendidikan kesihatan umum sahaja dan tidak menggantikan nasihat perubatan profesional. Sila berunding dengan doktor anda untuk nasihat yang bersesuaian dengan keadaan kesihatan anda.*



DI MANA DAPATKAN BANTUAN?

SUNWAY **MEDICAL CENTRE** Sunway City Kuala Lumpur

Sunway Medical Centre Sdn Bhd

199501012653 (341855-X)

No. 5, Jalan Lagoon Selatan,
Bandar Sunway,
47500 Subang Jaya, Selangor Darul Ehsan,
Malaysia.



+603-7491 9191



sunwaymedical.com

