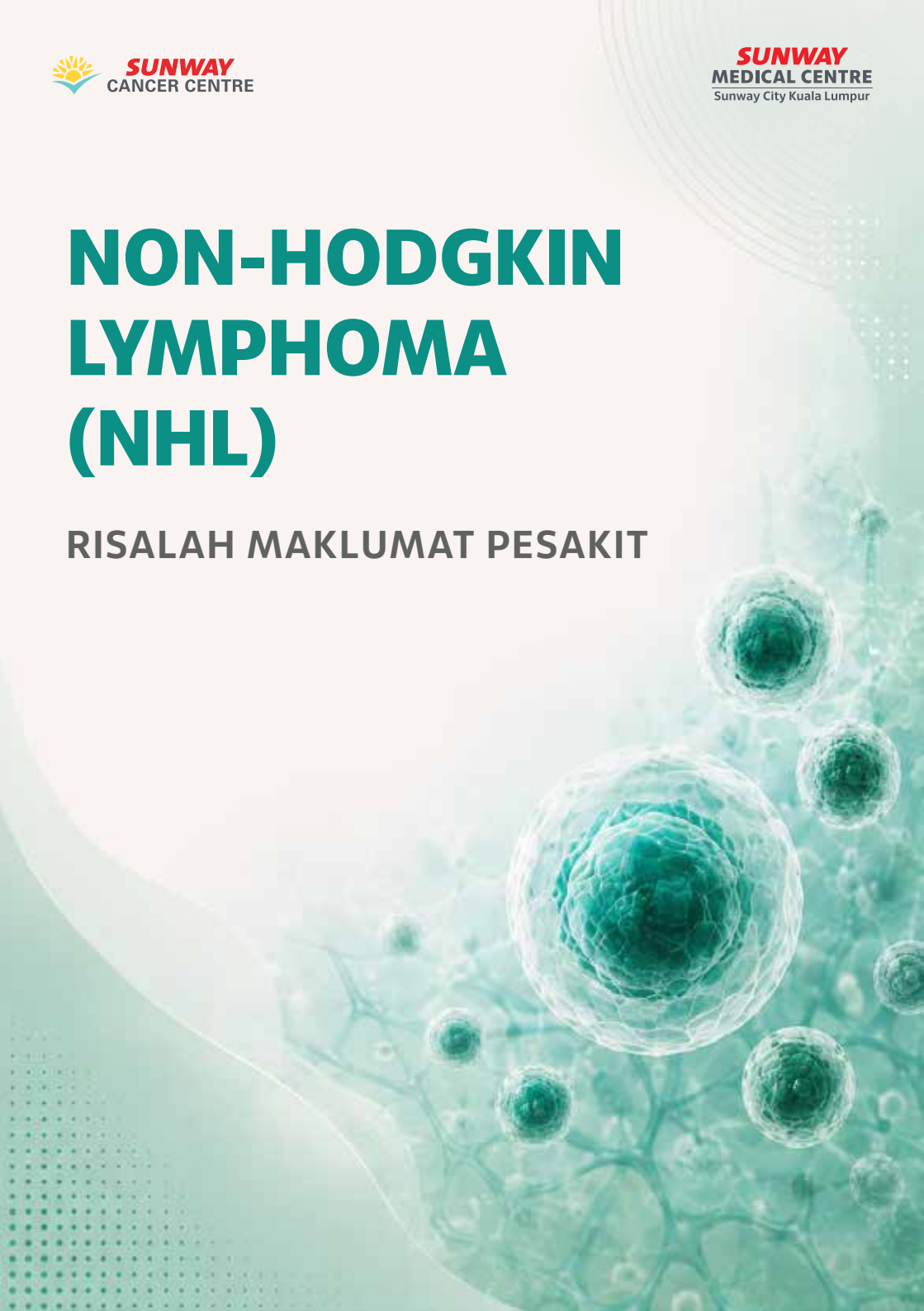


NON-HODGKIN LYMPHOMA (NHL)

RISALAH MAKLUMAT PESAKIT



Apakah itu Non-Hodgkin Lymphoma (NHL)?



Non-Hodgkin Lymphoma (NHL) ialah sekumpulan kanser yang bermula dalam **sistem limfa**, iaitu rangkaian saluran dan kelenjar limfa yang membantu badan melawan jangkitan.

Dalam NHL, sel darah putih yang tidak normal iaitu **limfosit (lymphocytes)** membiak secara tidak terkawal dan membentuk tumor dalam kelenjar limfa atau organ lain.

NHL mempunyai pelbagai subjenis, daripada jenis **perlahan (indolen)** hingga **agresif (berkembang cepat)**.

Tanda dan Gejala

Gejala bergantung kepada jenis dan tahap penyakit, termasuk:



Pembengkakan kelenjar limfa yang tidak menyakitkan di leher, ketiak atau pangkal paha



Keletihan atau lemah badan yang berpanjangan



Demam tanpa sebab atau berpeluh pada waktu malam



Sesak nafas atau batuk (jika kelenjar di dada membesar)



Hilang selera makan



Sakit atau bengkak di bahagian abdomen



Penurunan berat badan tanpa sebab

Jika gejala ini berterusan melebihi dua minggu, sila dapatkan pemeriksaan doktor dengan segera.

Bagaimanakah Non-Hodgkin Lymphoma Didiagnosis?

Diagnosis merangkumi beberapa ujian untuk mengenal pasti jenis limfoma yang khusus:

- 1 Pemeriksaan Fizikal**
Menilai pembesaran kelenjar limfa atau organ.
- 2 Biopsi Kelenjar Limfa (Lymph Node Biopsy)**
Mengesahkan diagnosis serta menentukan subjenis limfoma.
- 3 Ujian Darah**
Menilai tahap kesihatan secara keseluruhan dan fungsi organ.
- 4 Aspirasi dan Biopsi Sumsum Tulang (Bone Marrow Aspiration & Biopsy)**
Mengesahkan sama ada limfoma telah merebak ke sumsum tulang.
- 5 Tusukan Lumbar (Lumbar Puncture)**
Memeriksa sama ada limfoma telah merebak ke otak atau cecair spina.
- 6 Ujian Pengimejan (CT, PET-CT atau MRI)**
Menentukan tahap penyakit dan lokasi yang terjejas.
- 7 Imunofenotaipan dan Ujian Molekul (Immunophenotyping & Molecular Studies)**
Mengenal pasti protein dan penanda genetik pada sel limfoma.

Pilihan Rawatan

Rawatan adalah mengikut jenis limfoma, tahap penyakit dan keadaan kesihatan pesakit:



Radioterapi

Digunakan untuk penyakit peringkat awal atau setempat bagi memusnahkan kelenjar limfa yang terlibat.



Kemoterapi

Rawatan utama menggunakan gabungan ubat seperti CHOP atau rejimen lain untuk membunuh sel limfoma.



Terapi Sasaran/Terapi Bispecific

Ubat yang menyasarkan laluan abnormal tertentu dalam sel limfoma.



Imunoterapi

Ubat seperti antibodi monoklonal (contohnya rituximab) membantu sistem imun menyerang sel kanser.



Pemindahan Sel Stem (Stem Cell Transplant)

Pilihan bagi kes berulang atau rintangan selepas kemoterapi.



Terapi Sel CAR-T (CAR T-cell Therapy)

Rawatan imunoterapi lanjutan di mana sel imun pesakit diubah suai untuk mengenal pasti dan memusnahkan sel limfoma. Digunakan untuk kes berulang, rintangan atau penyakit progresif.



Pemerhatian ("Watch and Wait")

Bagi jenis yang membesar dengan perlahan dan tidak bergejala, rawatan boleh ditangguhkan sehingga diperlukan.

Hidup dengan Non-Hodgkin Lymphoma



Pemakanan sihat

Amalkan diet seimbang untuk mengekalkan tenaga dan imuniti.



Pencegahan jangkitan

Amalkan kebersihan diri dan elakkan kontak dengan individu yang sakit.



Pengurusan keletihan

Dapatkan rehat mencukupi dan rancang aktiviti harian.



Pemantauan berkala

Hadiri semua temujanji dan ujian darah yang dijadualkan.



Sokongan emosi

Dapatkan kaunseling atau sertai kumpulan sokongan pesakit untuk mengawal stress.

Bilakah Anda Perlu Mendapatkan Rawatan Segera?

Dapatkan rawatan segera jika anda mengalami:



Demam tinggi atau jangkitan berpanjangan



Pembesaran kelenjar limfa yang cepat atau perut membesar



Keletihan teruk atau penurunan berat badan tanpa sebab



Pendarahan luar biasa atau mudah lebam

**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

