

## Kapan harus ke dokter

Benjolan di permukaan tubuh belum tentu lipoma, tetapi bisa saja kista atau bahkan tumor ganas (kanker) yang dapat berakibat fatal bila tidak segera ditangani.

Oleh sebab itu, disarankan untuk memeriksakan diri ke dokter bila menemukan benjolan di area tubuh mana pun, baik yang berukuran kecil maupun besar, lunak atau keras, dapat digerakkan atau tidak, dan terasa sakit atau tidak

## Penanganan

Jika lipoma menimbulkan rasa tidak nyaman, sakit atau mengganggu, dan ukurannya terus berkembang.

Cara yang paling sering dilakukan untuk menangani lipoma adalah operasi pengangkatan benjolan. Biasanya lipoma tidak akan tumbuh kembali setelah diangkat. Selain operasi pengangkatan benjolan, sedot lemak atau suntik kortikosteroid dapat dilakukan untuk menyusutkan ukuran lipoma. Namun, kedua cara ini tidak dapat menghilangkan lipoma secara total.

## Pencegahan

- Sering-seringlah memeriksa benjolan di tubuh Anda. Lipoma memang tidak berbahaya, tapi beberapa benjolan atau tumor lain dapat menjadi keadaan yang serius dan harus diatasi dengan segera.
- Hubungi dokter Anda jika Anda melihat kemerahan atau bengkak atau rasa hangat pada benjolan.
- Lakukan olahraga secara rutin yang dilakukan selama 30-40 menit minimal 5 kali dalam seminggu. Olahraga akan membantu Anda dalam menjaga berat badan normal dan mencegah lemak berlebih dalam tubuh.
- Konsumsi makanan sehat seperti sayur dan buah, serta makanan yang rendah lemak jenuh dan trans.
- Jaga berat badan normal. dengan menjaga berat badan normal,
- Hindari konsumsi alkohol secara berlebihan. Konsumsi alkohol dapat meningkatkan kadar kolesterol dalam darah.

**SEMOGA LEKAS SEMBUH**

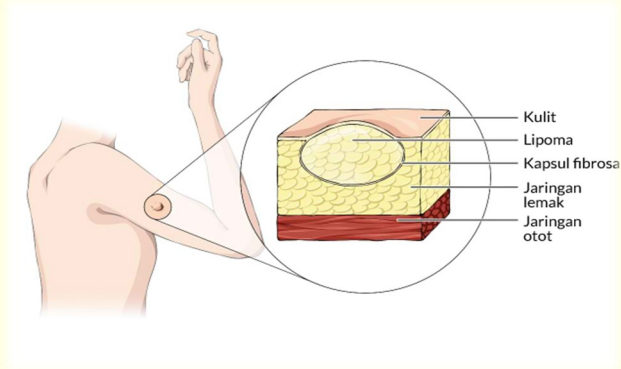


## LIPOMA



UNIT PROMOSI KESEHATAN  
RSUD PROF.DR.W.Z. JOHANNES  
KUPANG

## LIPOMA ITU APA??



lipoma adalah benjolan lemak yang tumbuh secara perlahan di antara kulit dan lapisan otot. Jika ditekan dengan jari secara lembut, lipoma terasa lunak dan mudah untuk digoyangkan. Lipoma juga tidak menimbulkan rasa sakit saat ditekan.

Lipoma tidak memerlukan perawatan khusus, karena tidak berbahaya dan tidak bersifat ganas. Namun, operasi pengangkatan lipoma perlu dilakukan jika lipoma tumbuh besar dan mulai menimbulkan rasa sakit.

Kondisi ini rentan menyerang orang yang berusia antara 40-60 tahun, atau lebih. Dibandingkan wanita, penyakit ini lebih sering dialami oleh pria. Benjolan tumor bisa muncul lebih dari satu di seluruh tubuh pengidapnya.

## MENCEGAH LEBIH BAIK DAIRI PADA MENGOBATI

### Gejala

Benjolan ini umumnya ditemukan pada area punggung, paha, lengan, leher, perut, dan bahu, dengan ciri-ciri:

- \* Dapat tumbuh menjadi lebih besar, dari sebesar kelereng hingga sebesar bola pingpong
- \* Pertumbuhan sangat lambat.
- \* Terasa lembek saat disentuh atau digoyangkan.
- \* Bisa menimbulkan rasa sakit saat sudah semakin membesar dan menekan syaraf sekitarnya

### Penyebab

Lipoma diduga disebabkan oleh :

- ♦ Bahan karsinogenik,
- ♦ Trauma,
- ♦ Lingkungan,
- ♦ Genetik, dan
- ♦ Faktor imunologi.



### Faktor Risiko

- ♦ Faktor keturunan
- ♦ Berusia lebih dari 40 tahun,
- ♦ Mengidap penyakit tertentu, seperti penyakit Madelung, sindrom Cowden, sindrom Gardner, atau adiposis dolorosa.

### Diagnosis

Untuk lebih memastikan benjolan tersebut adalah lipoma, dokter dapat melakukan pemeriksaan berikut:

- USG
- CT scan
- MRI
- Biopsi

Berbagai pemeriksaan di atas dilakukan untuk memastikan bahwa benjolan tersebut bukan tumor ganas, seperti kanker jaringan lemak