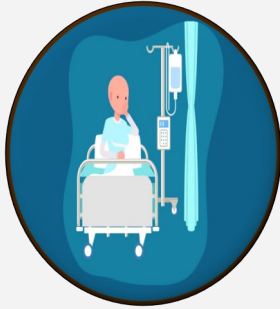


Pengobatan

- ♦ Kemoterapi
- ♦ Operasi
- ♦ Radioterapi
- ♦ Immunoterapi
- ♦ Terapi hormon
- ♦ *Targeted Drug Therapy*



Pencegahan

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia menggalakkan program perilaku CERDIK untuk mencegah kanker. Berikut adalah ini adalah kepanjangan dari CERDIK:

- ♦ **Cek kesehatan** secara berkala Konsultasikan dengan dokter mengenai perlunya tes skrining kanker berdasarkan faktor risiko yang Anda miliki.
- ♦ **Enyahkan asap rokok** Merokok dapat meningkatkan risiko terjadinya berbagai jenis kanker, terutama kanker paru-paru.



- ♦ **Rajin aktivitas fisik** Rutin berolahraga selama setidaknya 30 menit setiap harinya.
- ♦ **Diet sehat** dengan kalori seimbang Perbanyak makan buah-buahan, sayuran, biji-bijian (misalnya gandum), dan makanan yang kaya akan protein.
- ♦ **Istirahat yang cukup** Kurang tidur dapat meningkatkan risiko terkena kanker.
- ♦ **Kelola stres** Stres berlebihan dan berkepanjangan dapat menyebabkan munculnya kanker.

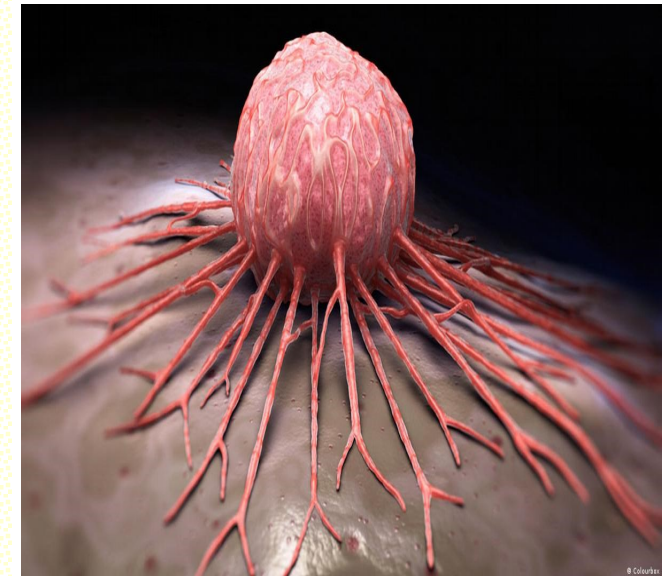
Selain itu.....

- ♦ Hindari paparan sinar matahari berlebih
- ♦ Gunakan masker di tempat yang penuh polusi udara asap kendaraan bermotor, asap pabrik, asap pembakaran sampah, asap rokok, serta debu asbestos dapat menyebabkan kanker.
- ♦ Hentikan konsumsi minuman beralkohol
- ♦ Lakukan vaksinasi Ada dua jenis kanker yang dapat dicegah dengan vaksinasi, yaitu kanker hati melalui vaksin hepatitis B dan kanker serviks dengan vaksin HPV.

SEMOGA LEKAS SEMBUH



KANKER/ TUMOR GANAS



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

APA ITU KANKER???

KANKER/TUMOR GANAS



Adalah penyakit tidak menular yang ditandai dengan adanya sel/jaringan abnormal yang bersifat ganas, tumbuh cepat tidak terkendali dan dapat menyebar ke tempat lain dalam tubuh penderita.

Sel kanker bersifat ganas dan dapat menginvasi serta merusak fungsi jaringan tersebut. Penyebaran kanker melalui jalan pembuluh darah atau pembuluh getah bening.

Gejala

- ♦ Muncul benjolan
- ♦ Nyeri di salah satu bagian tubuh
- ♦ Pucat, lemas, dan cepat lelah, Berat badan turun secara drastis

AYO.....CEGAH KANKER DENGAN CERDIK

- ♦ Gangguan buang air besar atau buang air kecil
- ♦ Batuk kronis
- ♦ Memar dan perdarahan secara spontan
- ♦ demam yang terus berulang



Penyebab

Penyebab utama kanker adalah perubahan (mutasi) genetik pada sel sehingga sel tersebut tumbuh tidak normal. Sebenarnya, tubuh memiliki mekanisme sendiri untuk menghancurkan sel abnormal Namun, jika gagal, maka sel abnormal akan tumbuh secara tidak terkendali.

Faktor yang diduga berisiko menyebabkan mutasi genetik pada sel-sel normal dan kegagalan tubuh untuk memperbaikinya antara lain:

- ♦ Riwayat penyakit kanker dalam keluarga
- ♦ Usia di atas 65 tahun, meski sebagian jenis kanker lebih banyak terjadi pada anak-anak
- ♦ Kebiasaan merokok
- ♦ Paparan radiasi, zat kimia (seperti asbes atau *benzene*), atau sinar matahari (sinar ultraviolet)
- ♦ Infeksi virus, seperti virus Papilloma, virus Sitomegalo, virus Hepatitis B, Virus Eostein, dan virus HIV.
- ♦ Paparan hormon dalam kadar tinggi atau jangka Panjang
- ♦ Obesitas
- ♦ Makanan yang Mengandung Bahan Kimia Sehingga masuknya bahan kimia ke dalam sistem pencernaan. Makanan minim nutrisi, serta makanan yang mengandung banyak pengawet dapat memicu pertumbuhan sel kanker.
- ♦ Kurang banyak bergerak dan tidak rutin berolahraga
- ♦ Penyakit yang menyebabkan peradangan jangka panjang, seperti kolitis ulseratif.
- ♦ Daya tahan tubuh menurun, misalnya akibat menderita HIV/AIDS
- ♦ Mengonsumsi Minuman beralkohol