

# Ayo Sayangi Ginjal Anda!

Kontribusi Dari Administrator  
Friday, 24 October 2008

JAKARTA-- Ginjal adalah salah satu organ tubuh yang patut disyukuri dan sayangi, perannya sangat penting dalam proses urinaria tubuh. Kerusakan ginjal dapat mengganggu sistem sekresi.

Dalam tubuh, ginjal berfungsi sebagai filter untuk membersihkan darah atau cairan lainnya. Fungsi itu bertujuan agar bahan-bahan kimia yang terkandung dalam darah atau cairan tubuh lainnya tidak terbawa kembali oleh darah dan beredar ke seluruh tubuh.

Sebagian kotoran hasil penyaringan itu nantinya akan dikeluarkan melalui ginjal bersama air seni. Namun, sebagian lagi mungkin tertinggal dan mengendap menjadi batu ginjal. Apabila endapan itu tidak dikeluarkan, akan menetap di ginjal atau berpindah ke kandung kemih.

Jika Anda tidak menjaga kesehatan ginjal maka ginjal anda rentan terhadap risiko gagal ginjal. Risiko itu juga dapat terjadi karena kelainan primer seperti infeksi ginjal, sumbatan batu ginjal, kelainan gagal ginjal, atau komplikasi dari penyakit hipertensi dan diabetes mellitus.

Ahli Penyakit Dalam dari Rumah sakit Omni Pulomas, Prof. Dr. Endang Susalit menjelaskan, pola hidup yang tidak benar juga menyebabkan ginjal perlahan akan rusak.

"Pola hidup orang Indonesia sudah seperti orang luar negeri, pola makannya, senang makan Junkfood, banyak garam. Hidup tidak seimbang," ungkap Prof. Endang dihadapan wartawan saat media edukasi di Omni Hospital Pulomas, Jakarta, Rabu (22/10).

Dia memaparkan, gagal ginjal akut yang merupakan gangguan ginjal mendadak yaitu ditandai dengan fungsi ginjal "anjlok", tidak keluar urin dan gagal ginjal kronik gangguan kronis atau menahun pada ginjal sehingga fungsi ginjal turun.

Sementara itu, gagal ginjal kronis terdapat gejala seperti lemas, nafsu makan, mual, pucat, kencing sedikit, sesak napas. Penyakit ginjal kronik biasanya tidak menimbulkan gejala awal yang jelas, sehingga seringkali terlambat diketahui dan ditangani dengan tepat.

Selain itu, ada juga penyakit yang diakibatkan gangguan batu ginjal. Gejala penyakit itu di antaranya pinggang terasa nyeri dan pegal-pegal.

Kadang-kadang, tidak menimbulkan keluhan. Rasa sakit akan muncul bila batu merusak jaringan atau terbawa ke saluran kemih hingga menyumbatnya.

Bentuk dan ukuran batu ginjal sendiri bervariasi. Bila batu agak besar dan menyumbat, sumbatan tersebut dapat menahan air seni. Jika tidak segera diobati dapat menyebabkan pembengkakan pada ginjal yang akan menimbulkan rasa sakit yang amat sangat.

"Ada yang batunya itu keluar sendiri saat dia buang air, namun lebih baik jika mengalami gejala-gejala batu ginjal cepat periksa ke dokter," jelas Prof. Endang.

### Cuci Darah dan Cangkok Ginjal

Jika penyakit ginjal menjadi kronik dan ginjal menjadi tidak berfungsi ada beberapa cara yang dapat dilakukan yaitu dengan cuci darah dan pencangkokan ginjal.

Akibat tidak berfungsinya ginjal sebagai filter untuk membersihkan darah/cairan lainnya, maka perlu dilakukan cuci darah.

Cuci darah adalah tindakan medis yang dilakukan menggunakan mesin cuci darah atau biasa disebut hemodialisa. Mesin cuci darah itu berfungsi menyaring racun-racun dalam tubuh dan mengeluarkannya. Proses tersebut biasanya dilakukan seminggu dua kali dengan harga yang cukup mahal sekali melakukan proses cuci darah yaitu Rp 800.000.

Sementara itu, pencangkokan ginjal pada prinsipnya adalah memindahkan ginjal sehat ke penderita gagal ginjal. Ginjal baru akan diletakkan di rongga ileum kemudian menyambungkan pembuluh darah ginjal baru dengan pasien, baru kemudian dengan (saluran kencing) ureter.

Berhasilnya pencangkokan ginjal baru ditandai dengan keluarnya air seni dari ginjal tersebut. Ginjal yang gagal biasanya tidak perlu diambil tapi bila menyebabkan infeksi maka ginjal tersebut perlu diangkat. Untuk operasi pengangkatan ginjal tersebut diperlukan waktu 2-3 jam. Operasi pencangkokan ginjal sendiri membutuhkan waktu 2-3 jam.

Keunggulan dari pencangkokan ginjal adalah tidak perlu repot dengan cuci darah hingga 2-3 kali dalam 1 minggu sehingga meningkatkan kualitas hidup.

Pencangkokan ginjal merupakan cara pengobatan gagal ginjal terbaik dimana satu ginjal sehat dapat menggantikan 2 ginjal sakit pada pasien gagal ginjal.

Ginjal hasil pencangkokan dapat bertahan selama 40 tahun bila dirawat dengan baik. Satu orang penderita gagal ginjal dapat melakukan pencangkokan ginjal maksimal 4 kali. Batas umur penerima donor ginjal pada pencangkokan bagi adalah 70-80 tahun.

Setelah pencangkokan ginjal, penerima donor harus minum obat yang biasa disebut anti tolak untuk jangka panjang. Obat ini berfungsi agar tubuh dapat menerima organ baru yang dicangkokkan.

"Dengan persiapan yang baik kemungkinan adanya penolakan ginjal sangat kecil. Jadi tubuh pasien dapat dengan mudah menerima ginjal yang dicangkok," ujar Prof. Endang.

Agar terhindar dari cuci darah dan pencangkokan ginjal sebaiknya anda menjaga kesehatan ginjal dengan minum air putih yang cukup, hindari alkohol dan minuman yang membuat kinerja ginjal menjadi berat, berolah raga yang teratur dan makan makanan sehat.

"Hidup normal dan tidak berlebihan serta cek urin secara rutin. Jangan sering menahan kencing karena itu dapat merusak kinerja ginjal," pungkas Prof. Endang. (cr1/ri)