

70 peratus pesakit buah pinggang ambil suplemen

Oleh KOSMO!

18 Mei 2022, 9:00 am

MENJADI lumrah setiap manusia mahu kelihatan cantik dan tampan di mata orang lain.

Maka tidak hairanlah, ada antaranya obses dengan suplemen dan multivitamin yang dihasilkan pengeluar produk kecantikan dan kesihatan.

Mutakhir ini juga, didapati banyak pengeluaran produk-produk sebegitu tumbuh bagaikan cendawan selepas hujan dan ia sesuatu yang membimbangkan jika formulasi penghasilannya dilakukan tanpa kajian menyeluruh dan boleh memberi kesan kepada kesihatan pengguna.

Pakar Nefrologi dan Perubatan Dalaman Hospital Putrajaya, Dr. Rafidah Abdullah menjelaskan, punca utama kegagalan buah pinggang disebabkan penyakit diabetes.

Katanya, berdasarkan kajian, lebih 70 peratus pesakit buah pinggang mengambil suplemen atau multivitamin sebelum didiagnosis berdepan dengan masalah tersebut.

"Oleh itu, risiko pengambilan produk suplemen ini sangat tinggi. Kita sendiri tidak tahu bahan apa yang digunakan dalam menghasilkannya.

"Sebagai contoh, produk ada merkuri boleh merosakkan buah pinggang. Malah saya sendiri pernah dimarahi pemilik kilang yang menghasilkan produk sebegini apabila bersuara," ujarnya.

Rafidah menjelaskan, pengguna jangan terlalu percaya dengan 'overclaim' akan keberkesanan sesuatu produk kerana itu hanya strategi pemasaran semata-mata.

Tegasnya, bagi mereka yang benar-benar memerlukan produk-produk sebegitu dinasihatkan agar membuat pemeriksaan kesihatan serta meminta nasihat pakar tentang keperluan untuk mengambilnya.

"Jika kita salah ambil produk, ia boleh memberi kesan kepada kesihatan. Sebenarnya pesakit boleh mengambil tindakan mahkamah jika mereka mendapat masalah berpunca daripada pengambilan produk seumpama ini," jelasnya.

Sementara itu, Felo Kardiologi dan Pakar Perubatan Dalaman, Institut Jantung Negara, Dr. Iskandar Mirza Amran berkata, tidak dinafikan saranan pengambilan multivitamin bagi mengurangkan risiko penyakit termasuk jantung banyak diiklankan di media sosial.

"Jika anda bertanya kepada doktor sama ada perlu atau tidak mengambil multivitamin, jawapannya ia bergantung kepada kesihatan dan penyakit anda.

"Tidak semua orang perlukan vitamin tambahan kerana ia boleh diperolehi daripada diet pemakanan harian yang cukup untuk memberikan nutrisi terbaik pada badan kita," jelasnya.

Iskandar Mirza menjelaskan, kajian ke atas 450,000 orang mendapati multivitamin tidak mengurangkan risiko untuk mendapat penyakit jantung atau kanser.

"Dalam kajian membabitkan 1,708 pesakit jantung yang diberi multivitamin dengan dos tinggi berbanding pesakit yang tidak mengambilnya selama 55 bulan menunjukkan tiada perbezaan risiko untuk mendapat serangan jantung berulang," katanya.

Tambahnya, pengkaji di seluruh dunia juga membuat kesimpulan, multivitamin tidak mengurangkan risiko untuk mendapat serangan jantung, kanser dan kemerosotan kognitif atau kematian.