

# BAGAIMANA CARA UNTUK MENCEGAH PROTEINURIA

ORANG YANG BERISIKO UNTUK MENDAPAT PENYAKIT BUAH PINGGANG KRONIK HARUS MELAKUKAN PEMERIKSAAN KESIHATAN SECARA BERKALA DENGAN DOKTOR UNTUK MENGESAN DAN MERAWAT PENYAKIT INI SEBELUM MENJADI LEBIH TERUK.



Rujukan:

Diadaptasi dan diterbitkan semula dengan kebenaran dari Kidney Health Australia.

Penyakit buah pinggang merupakan pembunuh senyap! Tanda-tanda dan gejala-gejala hanya muncul pada peringkat akhir penyakit buah pinggang. Ujian pemeriksaan awal adalah penting terutamanya jika anda berisiko tinggi. Perkembangan penyakit buah pinggang boleh dilambatkan atau dihentikan jika dikesan lebih awal.

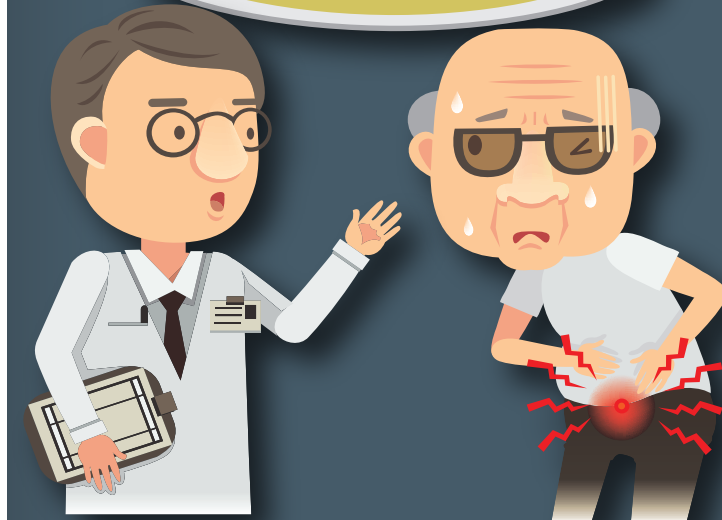
Ini merupakan khidmat awam yang diberikan oleh Yayasan Buah Pinggan Kebangsaan Malaysia dengan kerjasama Pusat Perubatan Universiti Kebangsaan Malaysia (PPUKM). Semua maklumat adalah untuk tujuan pendidikan sahaja. Sila rujuk kepada doktor anda untuk maklumat selanjutnya.



70, Jalan 14/29, 46100 Petaling Jaya, Selangor Darul Ehsan, Malaysia.  
Office 03-79549048 | Hotline: 1300-88-3110  
Email : edu@nkf.org.my | Website: www.nkf.org.my



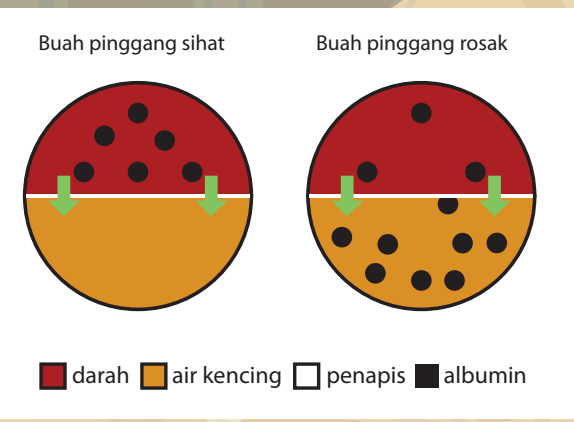
# PROTEINURIA



# APAKAH PROTEINURIA?

- PROTEIN BOLEH DIDAPATI DI DALAM DARAH
- PROTEIN UTAMA DIKENALI SEBAGAI ALBUMIN
- PROTEIN PENTING UNTUK:
  - MEMBANTU MEMBINA TULANG DAN OTOT
  - MENGHINDARI DARIPADA JANGKITAN
  - MENGAWAL BENDALIR DI DALAM BADAN

## BUAH PINGGANG DAN PROTEINURIA



- BUAH PINGGANG YANG SIHAT MENYINGKIRKAN LEBIHAN BENDALIR DAN BAHAN BUANGAN DARIPADA DARAH
- PROTEIN DAN NUTRISI PENTING YANG LAIN AKAN KEKAL DAN DIKEMBALIKAN KE DALAM SALUR DARAH
- APABILA BUAH PINGGANG TIDAK BERFUNGSI DENGAN BAIK, PROTEIN (ALBUMIN) AKAN TERKELUAR / TERLEPAS DARIPADA PENAPISAN BUAH PINGGANG DAN MENYEBABKAN KEHADIRAN PROTEIN DALAM AIR KENCING
- KEBOCORAN PROTEIN DALAM AIR KENCING DIPANGGIL PROTEINURIA ATAU ALBUMINURIA
- KEHADIRAN PROTEIN DALAM AIR KENCING MUNGKIN MERUPAKAN TANDA AWAL PENYAKIT BUAH PINGGANG

## PENYAKIT BUAH PINGGANG



## PUNCA

- PUNCA YANG DI ATAS MUNGKIN HANYA SEMENTARA
- ANDA MUNGKIN BERISIKO TINGGI JIKA MEMPUYAI FAKTOR RISIKO PENYAKIT BUAH PINGGANG SEPERTI DI BAWAH :
  - DIABETES
  - TEKINAN DARAH TINGGI
  - SEJARAH KELUARGA PENYAKIT BUAH PINGGANG



## BAGAIMANA UNTUK MENGESAN PENYAKIT INI?

- PADA PERINGKAT AWAL KEROSAKAN BUAH PINGGANG, ANDA MUNGKIN TIDAK MENYEDARI SEBARANG SIMPTOM.
- ANDA PERLU MELAKUKAN UJIAN AIR KENCING UNTUK MENGESAN KEBOCORAN PROTEIN ATAU TIDAK.
- APABILA KEROSAKAN BUAH PINGGANG SEMAKIN TERUK, SEJUMLAH BESAR PROTEIN AKAN HADIR DALAM AIR KENCING DAN MUNGKIN ANDA MERASAKAN SIMPTOM SEPERTI DI BAWAH :



JIKA ANDA MERASAI SIMPTOM-SIMPTOM INI, KEMUNGKINAN BESAR KEROSAKAN BUAH PINGGANG SUDAH BERADA PADA TAHAP YANG SERIUS. SILA BERBINCANG DENGAN DOKTOR ANDA BERKENAAN SIMPTOM TERSEBUT DAN RAWATAN TERBAIK UNTUK ANDA.

