

Barah hidung agak tersembunyi, sukar dikesan peringkat awal



DR CHONG WAN QIN

APAKAH BARAH NASOFARINKS?

Barah nasofarinks (NPC) kadangkala dikenali sebagai ‘barah hidung’ kerana lokasinya berhampiran rongga hidung.

Namun, secara perubatan, ia bukan barah hidung yang sebenar.

NPC ialah barah yang bermula di bahagian nasofarinks, iaitu kawasan di belakang hidung dan di atas bahagian belakang tekak.

Oleh sebab kedudukannya tersembunyi jauh di dalam kepala, penyakit ini sering sukar dikesan pada peringkat awal.

PUNCA DAN FAKTOR RISIKO

Bagi NPC, faktor keturunan memainkan peranan penting.

Individu yang mempunyai anggota keluarga terdekat seperti ibu bapa, adik-beradik atau anak yang pernah menghidap NPC mempunyai risiko sekitar tujuh kali ganda lebih tinggi untuk mendapat penyakit itu.

Jenis barah NPC yang sering ditemui di Singapura dan rantau ini mempunyai kaitan rapat dengan jangkitan virus Epstein-Barr (EBV).

Namun, walaupun ramai individu pernah dijangkiti virus tersebut, hanya sebilangan kecil yang akhirnya menghidap NPC.

Mekanisme sebenar bagaimana virus Epstein-Barr (EBV) boleh menyebabkan NPC masih belum difahami sepenuhnya.

Namun, penyelidik percaya jangkitan EBV yang kekal aktif dalam badan bagi tempoh lama mungkin menyumbang kepada perkembangan barah tersebut dalam sesetengah individu.

Selain faktor virus dan keturunan, beberapa faktor persekitaran juga boleh meningkatkan risiko NPC. Ia termasuk:

- Pengambilan makanan yang diawet seperti ikan masin dan sayur jeruk, terutama jika diamalkan sejak kecil, kerana makanan tersebut mengandungi bahan yang boleh mencestuskan barah.

- Pendedahan kepada formaldehid, iaitu bahan kimia yang boleh dibebaskan daripada sesetengah bahan binaan, perabot dan cat.

- Merokok atau kerap terdedah kepada asap rokok daripada orang lain.

BAGAIMANA NPC BOLEH DICEGAH?

Walaupun kita tidak boleh mengubah faktor risiko seperti keturunan atau jangkitan virus Epstein-Barr (EBV), risiko mendapat NPC masih boleh dikurangkan dengan mengamalkan gaya hidup lebih sihat.

Antaranya termasuk mengurangkan pengambilan makanan yang diawet atau dikawet, mengelakkan pendedahan kepada formaldehid, serta tidak merokok atau menghidu asap rokok.

NPC merupakan antara jenis barah yang kerap berlaku dalam kalangan lelaki di Singapura.

Berdasarkan Laporan Tahunan Pendaftaran Barah Singapura 2023 yang diterbitkan pada Januari 2026, NPC adalah barah keempat paling biasa didiagnosis dalam kalangan lelaki berusia 30 hingga 39 tahun, dan ketiga paling biasa bagi lelaki berusia 40 hingga 49 tahun.

Penyakit ini juga sering dikenali sebagai “barah Kantonis” kerana kadar kejadiannya yang lebih tinggi dalam kalangan masyarakat Cina Kantonis.

Namun, pakar menegaskan bahawa NPC bukan hanya menyerang individu suku kaum Kantonis.

Penyakit ini juga boleh berlaku dalam kalangan masyarakat Cina lain, serta orang Melayu dan India.

MENGAPA NPC LEBIH KERAP BERLAKU DALAM KUMPULAN TERTENTU?

Di Singapura, kebanyakan kes NPC mempunyai kaitan dengan jangkitan virus Epstein-Barr (EBV), yang lazimnya berlaku sejak usia muda.

Apabila digabungkan dengan faktor keturunan dan pendedahan jangka panjang kepada faktor persekitaran tertentu, risiko seseorang menghidap NPC boleh meningkat pada usia lebih muda berbanding banyak jenis barah lain.

Keadaan ini memberi kesan besar dari segi sosial dan ekonomi kerana ramai pesakit NPC berada dalam lingkungan usia 30-an hingga 40-an, iaitu tempoh paling produktif dalam kehidupan pekerjaan mereka.

Rawatan dan kesan sampingan penyakit boleh menyebabkan pesakit menghadapi kesukaran bekerja, penurunan pendapatan serta gangguan terhadap kehidupan harian untuk tempoh yang lama.

APAKAH GEJALA NPC?

Ramai pesakit NPC hanya menyey-

dari mereka menghidap penyakit itu apabila barah sudah berada pada peringkat lanjut kerana gejalanya sering kelihatan seperti masalah kesihatan biasa.

Antara tanda yang sering dialami ialah hidung atau telinga tersumbat, terutama pada sebelah bahagian sahaja, gangguan pendengaran, bunyi berdengung di telinga (tinitus), pendarahan hidung, serta benjolan atau bengkak pada leher yang tidak menyakitkan.

Ada juga pesakit yang mengalami gejala pada kedua-dua belah telinga atau hidung, walaupun keadaan itu kurang biasa.

Gejala itu kadangkala menyerupai jangkitan saluran pernafasan biasa seperti selesema atau sinus.

Namun, gejala tersebut sepatutnya beransur pulih apabila jangkitan sembuh.

Jika ia berterusan, menjadi semakin teruk atau tidak hilang selepas beberapa minggu, individu disarankan agar mendapatkan pemeriksaan perubatan dengan segera bagi memastikan ia bukan petanda NPC atau penyakit serius lain.

Pada masa ini, Sistem Kesihatan Universiti Nasional (NUHS) sedang menjalankan kajian saringan masyarakat untuk barah nasofarinks (NPC) di tujuh poliklinik di kawasan barat Singapura, termasuk di Bukit Batok, Bukit Panjang, Chua Chu Kang, Clementi, Jurong, Pioneer dan Queens-town.

Kajian itu menyasarkan penyertaan seramai 20,000 individu berusia antara 35 dengan 60 tahun bagi membantu mengesan NPC pada peringkat awal.

Orang ramai yang berminat menyertai kajian tersebut boleh mendaftar melalui portal rasmi kajian NPC di pautan, <https://for.sg/npcscreen>

Penyertaan dalam kajian itu adalah percuma.

Peserta hanya perlu menjalani beberapa prosedur mudah seperti ujian darah, memberikan sampel air liur sendiri dan menjawab soal selidik ringkas berkaitan kesihatan.

NPC peringkat awal boleh disembuhkan dengan radioterapi sahaja.

Namun, bagi NPC yang telah berkembang ke tahap lebih lanjut di kawasan sekeliling, pesakit biasanya memerlukan gabungan kemoterapi dan radioterapi.

► Penulis Pakar Perunding, Jabatan Hematologi-Onkologi, Institut Barah Universiti Nasional, Singapura (NCIS)