# HILANG SELERA DAN SUSUT BADAN

**Risalah ini bertujuan menjawab soalan lazim tentang hilang selera makan dan susut berat badan di kalangan pesakit tenat jagaan anda. Pesakit mungkin bermanfat jua dari maklumat ini.**

**1.Mengapa pesakit menolak makanan? Saya memasak hidangan yang sedap tetapi dia tetap menolak.**

Ramai penghidap penyakit serius seperti kanser dan kegagalan jantung menghadapi masalah hilang selera makan apabila keadaan mereka semakin teruk. Kadangkala ia disebabkan oleh sesuatu perkara seperti sakit mulut yang mana boleh diubati. Tetapi kerapkali penyakit itu sendiri yang menyebabkan hilang selera. Adalah amat menyakitkan hati apabila pesakit jagaan anda menolak hidangan anda, terutama sekali apabila anda telah bersusahpayah menyediakan makanan yang mereka gemar. Perlu ingat bahawa pesakit tidak berniat menyinggung anda. Mereka tiada selera langsung untuk makan dan sering mereka sendiri rasa tidak selesa tentang itu. Memaklumkan perasaan anda dan pesakit kepada jururawat atau doktor mungkin akan membantu.

**2.Mengapa ia terjadi?**

Banyak jenis kanser dan juga penyakit lain membuatkan tubuh badan mengeluarkan bahan kimia yang menguraikan tisu otot dan lemak lebih cepat dari sepatutnya. Kimia ini juga 'helahkan' bahagian otak yang mengawal selera makan untuk memberi isyarat bahawa pesakit itu kenyang setelah memakan beberapa suap sahaja atau pun langsung tidak makan. Perubahan yang dilakukan oleh kimia tersebut akan hanya hilang apabila penyakit itu sendiri dirawat dengan jayanya.

**3.Apakah jika pesakit tidak makan, dia akan mati kelaparan?**

Jawapannya **TIDAK**. Perubahan yang berlaku di tubuh badan manusia semasa penyakit teruk seperti kanser peringkat akhir atau kegagalan jantung adalah berlainan sekali dari apa yang berlaku pada orang sihat yang tidak diberi makanan. Penyakit teruk boleh menyebabkan orang mula susut badan walaupun selera makannya memuaskan kerana tubuh badannya tidak boleh menggunakan lagi makanan yang diambil itu untuk membina badan. Inilah sebabnya seleranya makin menurun – agaknya tubuh badannya mengenali bahawa makanan yang diambilnya tidak boleh dimanfaatkan. Agak menakjubkan, pesakit yang berada di peringkat akhir penyakitnya masih boleh hidup beberapa lama meskipun tidak makan langsung, dan ini adalah salah satu petanda bahawa pesakit itu mula merosot.

**4.Terdapatkah kaedah pemberian makanan alternative seperti 'drip' atau 'tiub' feeding?**

Kajian menunjukkan drip atau tiub feeding tidak melanjutkan hayat atau meningkatkan berat badan pesakit kanser peringkat akhir. Kadangkala pemberian makanan melalui tiub dalam hidung ke perut (tiub nasogastrik) atau tiub terus ke perut melalui tembusan di abdomen (gastrostomi) dilakukan bagi setengah pesakit yang ada selera makan tetapi tidak boleh makan seperti biasa dan ini adalah untuk keadaan tertentu sahaja. Pemakanan melalui drip (pemberian melalui saluran vena iaitu TPN atau total parenteral nutrition) jarang sekali dilakukan dan itu pun bagi tempoh singkat saja, contohnya selepas setengah jenis pembedahan usus. Ia tidak membantu pesakit yang berada di peringkat akhir penyakitnya.

**5.Apa akan berlaku kepada seseorang yang sedang menerima pemakanan tiub? Adakah pemakanan mereka akan dihentikan?**

Pesakit mempunyai hak untuk menolak pemberian pemakanan melalui tiub/drip pada bila-bila masa dan meminta tiub itu ditanggalkan. Sekiranya keadaan mereka merosot, selera makan pun akan menurun dan keputusan perlu diambil samada pemakanan melalui tiub perlu dihentikan.

Jika keadaan pesakit sangat teruk sehingga ia tidak boleh membuat keputusan, para doktor dan jururawat akan membuat penilaian teliti dan membincang dengan waris pesakit tentang apa yang sepatutnya dilakukan. Tanggungjawab muktamad tentang keputusan untuk memula atau berhentikan pemakanan tiub terletak pada doktor kanan yang merawat pesakit itu.

Kadangkala, tindakan meneruskan pemakanan melalui tiub adalah lebih memudaratkan. Kemudaratan yang boleh berlaku kepada pesakit yang berada pada penghujung hayatnya dan dalam keadaan sangat lemah ialah memuntah, limpahan makanan ke paru-paru ('aspiration') dan sebagainya.

**6. Apa yang boleh membantu**

-Tawarkan hidangan kecil atau snek selangmasa sepanjang hari, bukannya hidangan besar yang tidak menyelerakan.
-Jangan fikir sangat tentang makanan seimbang; sedikit makanan kegemarannya adalah lebih baik.

**(Reference: St Christopher's Hospice London patient information leaflet, 2013)**