

## Skrining dan Pencegahan

Anda dapat mengambil langkah-langkah untuk mengurangi risiko terkena kanker esofagus.

Contohnya adalah:

- **Berhenti merokok.** Bila Anda merokok, konsultasikan dengan dokter Anda mengenai strategi untuk berhenti merokok. Tersedia obat-obatan dan konseling untuk membantu Anda berhenti merokok. Bila Anda tidak menggunakan tembakau, jangan memulainya.
- **Bila Anda minum alkohol, minumlah dalam jumlah sedang.** Bila Anda memilih untuk minum alkohol, minumlah dalam jumlah sedang. Bagi orang dewasa yang sehat, ini artinya hingga satu gelas saji per hari untuk wanita usia berapa pun dan pria yang berusia lebih dari 65 tahun, dan hingga dua gelas saji per hari untuk pria yang berusia 65 tahun dan lebih muda.
- **Makan lebih banyak buah-buahan dan sayur-mayur.** Tambahkan beragam buah dan sayur yang berwarna-warni ke dalam diet Anda.
- **Jagalah berat badan yang sehat.** Bila Anda kelebihan berat badan atau mengalami obesitas, bicaralah dengan dokter Anda mengenai strategi untuk membantu Anda menurunkan berat badan. Targetkan penurunan berat badan secara perlahan namun stabil sebanyak 0,5 hingga 1 kg seminggu.
- **Saat ini belum tersedia perangkat skrining yang spesifik.**

## Dukungan apa yang tersedia?

CanHOPE adalah pelayanan non-profit untuk konseling dan dukungan kanker yang disediakan oleh Parkway Cancer Centre, Singapura. CanHOPE terdiri dari tim pendukung yang berpengalaman serta berpengetahuan luas dengan akses informasi komprehensif serta topik-topik yang bervariasi dalam hal pendidikan dan panduan pengobatan kanker.

CanHOPE menyediakan:

- Informasi kanker terkini untuk pasien, termasuk cara-cara mencegah kanker, gejala-gejala, resiko, tes skrining, diagnosa, pengobatan serta kajian ilmiah terkini yang ada.
- Referensi untuk pelayanan yang terkait dengan pengobatan kanker, seperti fasilitas diagnosa dan skrining, pusat-pusat pengobatan dan konsultasi dengan spesialis yang tepat.
- Konseling dan saran-saran kanker, yang meliputi pembuatan strategi dalam menangani efek samping pengobatan, menghadapi kanker, pola makan dan nutrisi.
- Dukungan emosional dan psikososial untuk mereka yang terkena kanker dan mereka yang merawatnya.
- Aktivitas Kelompok Pendukung, dengan penekanan pada pengetahuan, ketrampilan serta aktivitas pendukung lainnya untuk mengajarkan serta menciptakan kepedulian untuk pasien dan pendampingnya.
- Sumber daya untuk pelayanan dukungan serta rehabilitasi.
- Pelayanan Palliative care untuk meningkatkan kualitas hidup pasien yang terkena kanker dengan stadium lanjut.

Tim CanHOPE akan terus mengiringi setiap langkah pasien kanker dan memberikan dukungan serta perawatan personal, sesuai dengan tujuan mereka, untuk berbagi sedikit harapan kepada setiap orang yang mereka temui.



Hubungi CanHOPE:  
(65) 6738 9333  
Email: [enquiry@canhope.org](mailto:enquiry@canhope.org)  
[www.canhope.org](http://www.canhope.org)

Printed in Feb 2020



# Kanker Esofagus

Sel-sel kanker berkembang di kerongkongan, terbentuk seperti tabung yang membentang dari tenggorokan ke lambung



[www.parkwaycancercentre.com](http://www.parkwaycancercentre.com)



### Apakah Yang Dimaksud Dengan Kanker Esofagus?

Kanker esofagus terjadi ketika sel-sel kanker berkembang di dalam esofagus, yaitu sebuah struktur berbentuk seperti pipa yang membujur dari kerongkongan Anda hingga ke lambung. Makanan berjalan dari mulut ke lambung melalui esofagus. Kanker ini berawal dari lapisan bagian dalam esofagus dan dapat menyebar ke lapisan-lapisan esofagus lainnya dan ke bagian-bagian tubuh yang lain (metastasis).

Ada dua jenis utama kanker esofagus. Jenis yang pertama adalah karsinoma sel skuamosa. Sel-sel skuamosa melapisi bagian dalam esofagus, dan kanker yang berkembang dari sel-sel skuamosa dapat terjadi di sepanjang seluruh esofagus. Jenis lainnya disebut adenokarsinoma. Ini adalah kanker yang berkembang dari sel-sel kelenjar. Untuk terjadinya adenokarsinoma pada esofagus, sel-sel skuamosa yang biasanya melapisi esofagus digantikan oleh sel-sel kelenjar. Ini khususnya terjadi pada esofagus bagian bawah yang dekat dengan lambung dan diyakini sebagian besar berkaitan dengan paparan asam pada esofagus bagian bawah.

### Apakah Yang Menyebabkan Terjadinya Kanker Esofagus?

Belum sepenuhnya jelas apa yang menyebabkan terjadinya kanker esofagus.

Kanker esofagus terjadi ketika sel-sel di dalam esofagus Anda mengalami kelainan (mutasi) dalam DNA mereka. Mutasi ini membuat sel-sel bertumbuh dan membelah diri tanpa terkendali. Akumulasi sel-sel yang tidak normal ini membentuk sebuah tumor dalam esofagus yang dapat bertumbuh menyerang struktur yang terletak di dekatnya dan menyebar ke bagian tubuh lainnya.

### Gejala-Gejalanya

Pada tahap dini bisa jadi tidak ada gejala. Pada kanker yang sudah lebih lanjut, gejala kanker esofagus meliputi:

- Kesulitan atau nyeri ketika menelan
- Berkurangnya berat badan
- Nyeri pada dada, di belakang tulang dada
- Batuk
- Suara parau
- Gangguan pencernaan dan rasa panas dalam perut

### DIAGNOSA

Untuk mendiagnosa kanker esofagus, dokter Anda akan mengkaji gejala-gejala Anda, riwayat medis, dan memeriksa Anda. Selain itu, ia dapat meminta Anda untuk menjalani pemeriksaan darah tertentu dan rontgen.

Pemeriksaan kanker esofagus dapat meliputi:

- Rontgen dengan menelan barium, dimana Anda meminum cairan yang melapisi esofagus Anda. Ini membuat esofagus tampak jelas pada pemeriksaan rontgen, sehingga dokter Anda dapat mengidentifikasi adanya masalah tertentu.
- Endoskopi: dokter memasukkan sebuah endoskop, yaitu sebuah pipa yang tipis dan ringan, ke dalam kerongkongan Anda, masuk ke dalam esofagus, guna memeriksanya. Ultrasonografi endoskopik menggunakan gelombang suara untuk memberikan lebih banyak informasi mengenai seberapa jauh penyebaran tumor dalam jaringan-jaringan di dekatnya.
- Biopsi: ketika sedang melakukan endoskopi, dokter dapat mengambil sel-sel atau jaringan dari esofagus Anda. Sel-sel ini kemudian diperiksa di bawah mikroskop untuk melihat apakah terdapat kanker.

Pemeriksaan lainnya, meliputi pemindaian tomografi terkomputasi/computed tomography (CT), pemindaian tomografi emisi positron/positron emission tomography (PET), torakoskopi, dan laparoskopi, dapat dilakukan untuk menentukan apakah kanker telah menyebar, atau bermetastasis, di luar esofagus. Proses ini disebut sebagai "penentuan stadium". Dokter membutuhkan informasi ini agar dapat menyusun rencana untuk pengobatan Anda.

### Penentuan Stadium:

Stadium kanker esofagus diberikan angka (I hingga IV); semakin besar angkanya, semakin parah kankernya. Berikut ini adalah stadium kanker esofagus:

- **Stadium 0:** Sel-sel yang tidak normal (belum menjadi kanker) hanya dijumpai pada lapisan sel-sel yang melapisi esofagus.
- **Stadium I:** Sel-sel kanker hanya dijumpai pada lapisan sel-sel yang melapisi esofagus.

- **Stadium II:** Kanker telah mencapai lapisan otot atau dinding luar esofagus. Selain itu, kanker mungkin telah menyebar ke 1 hingga 2 kelenjar getah bening (kelenjar getah bening yang merupakan bagian dari sistem kekebalan tubuh) di dekatnya.
- **Stadium III:** Kanker telah mencapai lebih dalam lagi pada lapisan otot bagian dalam atau dinding jaringan ikat. Kanker mungkin telah menyebar keluar dari esofagus dan masuk ke dalam organ-organ di sekitarnya dan/atau telah menyebar ke lebih banyak kelenjar getah bening yang terletak di dekat esofagus.
- **Stadium IV:** Ini adalah stadium paling lanjut. Kanker telah menyebar ke organ-organ lain di dalam tubuh dan/atau kelenjar getah bening yang letaknya jauh dari esofagus.

### Pengobatan

#### Operasi

Sebagian atau seluruh esofagus dapat dibuang.

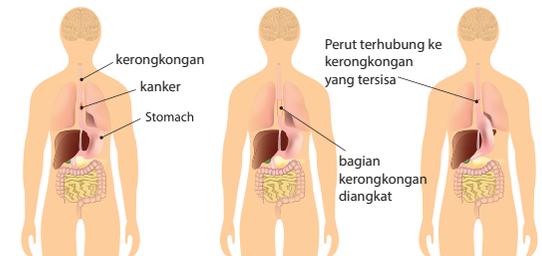
#### Kemoterapi

Kemoterapi merujuk kepada obat-obatan antikanker yang digunakan untuk memperkecil/membunuh sel-sel kanker. Obat-obatan ini masuk ke dalam aliran darah dan dapat mempengaruhi sel-sel kanker di seluruh tubuh.

#### Terapi Target Untuk Kanker

Terapi Target adalah obat-obatan atau zat lainnya yang menghambat pertumbuhan dan penyebaran kanker dengan mengganggu molekul spesifik yang terlibat dalam pertumbuhan dan penyebaran tumor.

## KANKER ESOFAGUS



#### Terapi Radiasi

Terapi radiasi (disebut juga sebagai radioterapi) menggunakan sinar berenergi tinggi untuk membunuh sel-sel kanker. Terapi ini mempengaruhi sel-sel kanker hanya pada area yang diobati.

#### Imunoterapi

Membantu sistem kekebalan tubuh untuk menyerang sel-sel kanker.