

Tiga Kanker Paling Mematikan di Indonesia, Waspada Sejak Dini

Salah satu Kanker paling mematikan di Indonesia, salah satunya kanker payudara.

JAKARTA (IM) - Kanker paling mematikan harus diwaspadai. Untuk menghindarinya deteksi dini harus dilakukan. Karena bila terdeteksi sejak dini, bukan tak mungkin kalau kanker bisa disembuhkan. Namun sayang banyak pasien yang baru datang ke rumah sakit ketika sudah dalam kondisi parah. Di Indonesia, angka kasus pada penyakit kanker masih terbilang tinggi.

Di antara berbagai jenis kanker, Kanker payudara masih berada di urutan pertama.

Data Globocan tahun 2020 menyebutkan jumlah kasus baru kanker payudara mencapai 68.858 kasus (16,6%) dari total 396.914 kasus baru kanker di Indonesia. Sementara itu, untuk jumlah kematiannya mencapai lebih dari 22 ribu jiwa kasus.

Selain kanker payudara beberapa jenis kanker lainnya juga mempunyai angka yang kematian cukup tinggi. Dikutip dari berbagai sumber, berikut jenis penyakit kanker yang paling mematikan di Indonesia?

1. Kanker Payudara

Dalam laporan Globocan terlihat angka yang menderita kanker payudara sebanyak 65.858 kasus. Dengan angka kematian 22.430 orang. Sementara itu, untuk jumlah kematiannya mencapai lebih dari 22 ribu jiwa kasus.

2. Kanker Serviks

Dalam laporan tersebut terlihat angka yang menderita kanker serviks mencapai 36.633 kasus.

Dengan angka kematian sebanyak 21.003 orang, ternyata kanker serviks urutan ke-3 untuk tingkat kematian.

3. Kanker Paru-paru.

Kanker yang menempati nomor satu dalam jumlah

kasus kematian hingga 30.843 orang (13,2 persen).

Dalam laporan terlihat sebanyak 34.783 kasus untuk kanker paru-paru. Sehubungan dengan ini Pusat Pengendalian dan Pencegahan Penyakit Amerika Serikat (CDC) mengungkapkan sejumlah jenis kanker yang bisa dialami bila meminum alkohol. "Semua minuman beralkohol, termasuk anggur merah dan putih, bir, dan minuman keras, terkait dengan kanker. Semakin banyak Anda minum, semakin tinggi risiko kanker anda," keterangan dalam lama resmi CDC, dikutip Minggu (10/4).

Minum alkohol meningkatkan risiko terkena enam jenis kanker yakni:

1. Kanker Mulut dan tenggorokan
2. KankerKotak suara (laring)
3. Kanker Kerongkongan
4. Kanker Kolon dan rektum
5. Kanker Hati
6. Kanker Payudara (pada wanita).

Mengapa Alkohol Dapat Meningkatkan Risiko Kanker? CDC mengatakan minum alkohol, tubuh memecahnya menjadi zat kimia yang disebut asetaldehid. Asetaldehid merusak DNA dan mencegah tubuh Anda memperbaiki kerusakan tersebut. DNA adalah "panduan instruksi" sel yang mengontrol pertumbuhan dan fungsi normal sel. Ketika DNA rusak, sel dapat mulai tumbuh di luar kendali dan menciptakan tumor kanker. ● **tom**

Sederet Manfaat Timun Suri untuk Kesehatan

JAKARTA (IM) - Timun suri menjadi salah satu buah favorit pilihan untuk berbuka puasa. Diserut dan dijadikan minuman, timun suri menjadi minuman pilihan untuk berbuka puasa. Rasanya yang segar membantu melepas dahaga setelah sehabis berbuka.

Buah yang banyak muncul di bulan Ramadhan ini mengandung banyak air dan memiliki daging buah yang lembut, sehingga banyak dipilih untuk campuran buah pada menu es buah untuk berbuka puasa.

Dikutip dari Windowofworld, tak hanya menyegarkan, ternyata timun suri juga memiliki sederet manfaat kesehatan lainnya.

1. Melegakan Tenggorokan.

Untuk menu berbuka puasa, timun suri adalah pilihan yang tepat. Kandungan air pada buah ini langsung bisa membantu melegakan tenggorokan yang kering karena 12 jam tidak minum. Kesegaran buah ini bisa menghindarkan Anda dari radang tenggorokan yang mengganggu. Memang buah ini rasanya cenderung hambar dan tidak manis.

Untuk itu Anda bisa menambahkan sedikit sirup atau gula bila ingin menjadikannya sebagai minuman. Tapi akan lebih baik jika buah ini dimakan langsung tanpa ditambah gula. Lebih sehat tentunya.

2. Menghidrasi Tubuh.

Kandungan air yang tinggi pada timun suri juga membuat buah ini bermanfaat untuk menghidrasi tubuh. Kurangnya asupan

cairan ketika berpuasa menyebabkan tubuh kamu juga rawan dehidrasi. Nah, kandungan air yang melimpah pada buah timun suri bisa membantu mengembalikan cairan tubuh kamu yang hilang selama berpuasa, sehingga kamu pun bebas dari dehidrasi.

3. Pencernaan Lancar.

Selain kandungan air yang tinggi, timun suri juga kaya akan serat yang baik untuk sistem pencernaan tubuh.

Nah pada saat berpuasa, biasanya seseorang cenderung sembelit. Nah buah ini sangat baik untuk kamu konsumsi dan jadi solusinya untuk Anda yang mengalami masalah pencernaan.

4. Tingkatkan Imunitas.

Timun suri ternyata juga kaya akan Vitamin C, lignan, flavonoid, dan beta karoten yang berperan sebagai zat anti-inflamasi. Penelitian yang diterbitkan dalam Journal of Young Pharmacist mengungkapkan, buah yang termasuk dalam golongan Cucurbitaceae—termasuk timun suri—disinyalir memiliki kandungan antioksidan yang memang baik untuk meningkatkan imunitas tubuh.

5. Mencegah Penyakit Alzheimer.

Tak hanya vitamin C, timun suri juga ternyata kaya akan vitamin K yang penting untuk kesehatan tulang dan sendi. Selain itu, vitamin K juga disinyalir berfungsi sebagai obat untuk mencegah terjadinya kerusakan neural pada otak yang mengacu pada terjadinya penyakit Alzheimer. Oleh karena itu, mengonsumsi buah timun suri dalam porsi yang tepat akan membantu kamu terlindung dari penyakit Alzheimer. ● **tom**

SAMBUNGAN

beredar (pre-market) dan setelah produk beredar (post-market) untuk mengawal keamanan, mutu, dan gizi pangan.

"BPOM mengimbau masyarakat agar menjadi lebih cerdas dan tidak mudah terpengaruh dengan isu yang beredar dengan selalu melakukan Cek KLJK (Cek Kemasan, Cek Label, Cek Izin Edar, dan

Cek Kedaluwarsa) sebelum membeli atau mengonsumsi produk pangan," tulis keterangan tersebut.

Sebelumnya, pada 2 April 2022, Food Standard Agency/FSA Inggris menerbitkan peringatan publik terkait penarikan secara sukarela produk cokelat merek Kinder Surprise karena diduga terkontaminasi bakteri Salmonella (non-

typhoid).

Salmonella ini dapat menimbulkan gejala ringan seperti diare, demam, dan kram perut. Korban yang terdampak sebanyak 63 orang anak-anak, namun tidak sampai menyebabkan kematian.

Produk yang ditarik adalah produk cokelat merek Kinder Surprise dalam kemasan tunggal 20 gram

dan kemasan isi 3, 20 gram, dengan batas tanggal kedaluwarsa masing-masing produk sampai dengan tanggal 7 Oktober 2022. Adapun untuk kehati-hatian, penarikan produk diperluas dengan menambahkan beberapa varian, yaitu produk merek Kinder Surprise kemasan 100 gram, Kinder Mini Eggs kemasan 75 gram, Kinder Egg Hunt

Kit kemasan 150 gram, dan Kinder Schokobons kemasan 200 gram dengan tanggal kedaluwarsa 20 April-21 Agustus 2022.

Semua produk cokelat Kinder diproduksi oleh Ferrero N.V./S.A di Belgia. Keseluruhan produk cokelat merek Kinder yang ditarik tersebut di atas tidak terdaftar di BPOM. ● **mar**

DARI HAL 1

Dicurigai Tercemar Bakteri Salmonella,...

Cek Kedaluwarsa) sebelum membeli atau mengonsumsi produk pangan," tulis keterangan tersebut.

Sebelumnya, pada 2 April 2022, Food Standard Agency/FSA Inggris menerbitkan peringatan publik terkait penarikan secara sukarela produk cokelat merek Kinder Surprise karena diduga terkontaminasi bakteri Salmonella (non-

typhoid).

Salmonella ini dapat menimbulkan gejala ringan seperti diare, demam, dan kram perut. Korban yang terdampak sebanyak 63 orang anak-anak, namun tidak sampai menyebabkan kematian.

Produk yang ditarik adalah produk cokelat merek Kinder Surprise dalam kemasan tunggal 20 gram

dan kemasan isi 3, 20 gram, dengan batas tanggal kedaluwarsa masing-masing produk sampai dengan tanggal 7 Oktober 2022. Adapun untuk kehati-hatian, penarikan produk diperluas dengan menambahkan beberapa varian, yaitu produk merek Kinder Surprise kemasan 100 gram, Kinder Mini Eggs kemasan 75 gram, Kinder Egg Hunt

Kit kemasan 150 gram, dan Kinder Schokobons kemasan 200 gram dengan tanggal kedaluwarsa 20 April-21 Agustus 2022.

Semua produk cokelat Kinder diproduksi oleh Ferrero N.V./S.A di Belgia. Keseluruhan produk cokelat merek Kinder yang ditarik tersebut di atas tidak terdaftar di BPOM. ● **mar**

Demo di Depan Gedung DPR Ricuh,...

DPR RI. Kemudian, polisi pun menyemburkan air dari water canon ke arah pedemo. Gas air mata juga dilemparkan ke arah massa sehingga terlihat asap mengepul tebal. Kerumunan pun terpecah ke kiri dan kanan Gedung Parlemen.

Sebagai informasi, mahasiswa yang tergabung dalam aliansi BEM SI menggelar unjuk rasa besar-besaran di depan Gedung DPR/MPR RI, Senin (11/4).

Ada empat poin tuntutan yang akan disampaikan mahasiswa dalam unjuk rasa tersebut. Koordinator Media BEM SI Luthfi Yusrizal menyebutkan, poin pertama adalah mendesak dan menuntut wakil rakyat agar mendengarkan dan menyampaikan aspirasi rakyat.

"Bukan aspirasi partai," kata Luthfi dalam keterangannya.

Poin kedua, BEM SI mendesak para wakil rakyat agar menjemput aspirasi rakyat

yang telah disampaikan dalam aksi demonstrasi di berbagai daerah sejak 28 Maret 2022 sampai 11 April 2022.

Selanjutnya pada poin ketiga, BEM SI menuntut dan mendesak anggota parlemen secara tegas menolak penundaan pemilu 2024 atau masa jabatan 3 periode.

"Mendesak dan menuntut wakil rakyat untuk tidak mengkhianati konstitusi negara dengan melakukan amandemen," kata Luthfi.

Poin terakhir, BEM SI mendesak dan menuntut wakil rakyat untuk menyampaikan kajian disertai 18 tuntutan mahasiswa kepada Presiden Joko Widodo, yang sampai saat ini belum terjawab.

Sebagai informasi, aksi ribuan massa dari Badan Eksekutif Mahasiswa Seluruh Indonesia (BEM SI) semula direncanakan digelar di Istana Presiden, namun mendadak pindah ke kawasan Parlemen,

Jakarta Pusat.

Menanggapi hal tersebut, Pangdam Jaya Mayjen TNI Untung Budiharto mengatakan, Kodam Jaya mengerahkan sebanyak 1.330 personel di wilayah hukum DKI Jakarta dan sekitarnya.

Jenderal bintang dua yang malang melintang di Korps Baret Merah Kopassus ini mengatakan, semua personel tersebut akan bertugas mengamankan jalannya aksi.

"Sesuai permintaan Kapolda kita mengerahkan 1.330 (personel) untuk mengamankan unjuk rasa kali ini," ujar Untung kepada MNC Portal, Senin (11/4).

Kapolda Metro Jaya Irfan M Fadi Imran mengingatkan seluruh personel gabungan untuk tidak membawa dan menggunakan senjata api serta peluru tajam saat mengamankan aksi mahasiswa.

"Saya minta kepada seluruh anggota untuk tidak meng-

gunakan dan tidak membawa, saya ulang tidak menggunakan dan tidak membawa senjata api," kata Fadi usai pimpin apel gabungan di Silang Monas, Gambir, Jakarta Pusat, Senin (11/4).

"Apalagi dengan senjata tajam dan peluru tajam saya minta ini dipedomani. Tidak ada anggota bawa senpi dan menggunakan senpi beserta peluru tajam," ujarnya.

Pedoman yang dimaksud Fadi itu mengacu Perkap 01/2009 dan Protap 01/2009 tentang penggunaan kekuatan dalam tindakan kepolisian serta tahap tahap Penggunaan kekuatan dalam tindakan kepolisian.

Fadi dalam apel menekankan kepada personel gabungan agar mengedepankan sikap humanis dan persuasif.

"Mari kita melaksanakan pengamanan unjuk rasa ini dengan mengedepankan sikap

humanis dan persuasif," ucap Fadi.

Sebelumnya, Menko Polhukam Mahfud MD meminta aparat keamanan yang bertugas dalam pengamanan aksi unjuk rasa Senin 11 April mendatang, untuk tidak melakukan tindakan kekerasan. Mahfud MD juga mengimbau agar aparat bisa bertugas dengan baik.

Dalam menghadapi rencana unjuk rasa, aparat keamanan dan penegak hukum, agar melakukan pelayanan dan pengamanan sebaik-baiknya, dan tidak boleh ada kekerasan," ujar Mahfud.

Mahfud juga menegaskan untuk sama sekali tidak ada peluru tajam saat aksi pengamanan. Imbauan lainnya sambungannya, jangan sampai ada aparat yang terprovokasi. "Tidak membawa peluru tajam, juga jangan sampai terpancing oleh provokasi," jelasnya. ● **mar**

Babak Belur, Ade Armando...

tersungkur ke aspal, bahkan celana panjang yang dikenakannya dilucuti dan hilang.

Saat dipukuli, Ade berusaha melindungi kepala dan badan sambil tersungkur ke tanah ketika dia menerima amukan massa. Ade lantas dievakuasi ke tempat yang lebih aman.

Seperti diketahui, Badan Eksekutif Mahasiswa Seluruh Indonesia (BEM SI) hari ini menggelar aksi 11 April di depan Gedung DPR. Ade Armando datang ke lokasi demo.

Dalam aksi tersebut, kelompok yang terdiri dari kum-

pulan BEM beberapa universitas ini membawa beberapa tuntutan di antaranya penolakan penundaan pemilu dan perpanjangan masa jabatan presiden.

Cekcok dengan Emak-emak

Sebelum insiden pemukulan terhadapnya, ternyata Ade Armando sempat cekcok dengan sejumlah massa emak-emak di depan gedung DPR/MPR. Ade Armando yang mengenakan baju hitam sempat cekcok dengan beberapa massa aksi. Terlihat Ade Armando diteriaki sambil

ditunjuk beberapa emak-emak pendemo.

Terdengar dari video yang beredar itu Ade Armando diteriaki "buzzer". Tak hanya itu, dia juga disebut pengkhianat oleh sejumlah orang.

"Buzzer, buzzer, bulan puasa, munafik, pengkhianat, penjilat," teriak wanita seperti dalam video.

Ade Armando lalu sempat menjawab emak-emak yang meneriakinya itu.

"Apa kamu?" jawab Ade Armando.

Kemudian, terdengar massa lain menimpali Ade

Armando lagi. Dia diminta sadar oleh massa.

"Sadar kamu, sadar, sadar bulan puasa," timpal massa lain.

Foto wajah Ade Armando dengan kondisi babak belur beredar. Dalam foto itu, celana Ade Armando terlihat sudah dilucuti.

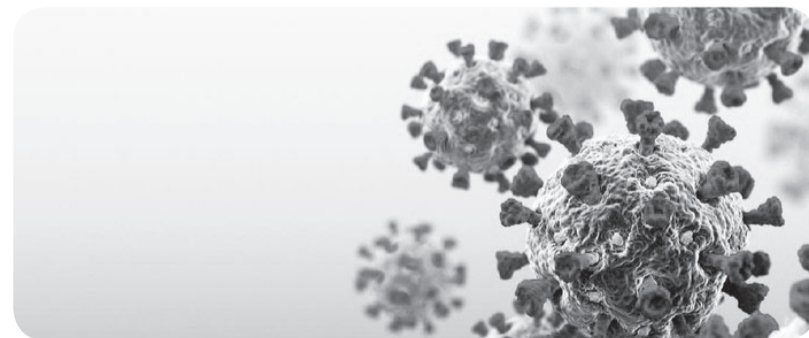
Dalam foto yang dilihat pada Senin (11/4), Ade Armando terlihat menggunakan kaos hitam bertuliskan 'Pergerakan Indonesia untuk Semua'.

Ade Armando terlihat dipegangi sejumlah polisi. Wajah Ade Armando tampak bon-

yok. Hidungnyanya terlihat berdarah. Ade Armando memang mengikuti demo 11 April di Kompleks DPR. Dia menolok Jokowi 3 periode.

Ade mengaku tak berniat ikut dalam aksi unjuk rasa bersama mahasiswa. Namun, ia mendukung aspirasi BEM SI yang menolok wacana penundaan pemilu 2024 dan perpanjangan masa jabatan presiden.

"Saya tidak ikut demo. Saya mantau dan ingin mengatakan saya mendukung," katanya kepada wartawan di lokasi, Senin (11/4) siang. ● **mar**



Kasus Covid-19 Bertambah 1.196,...

demikian total sebanyak 5.808.380 orang sembuh dari Covid-19.

Sementara jumlah yang meninggal kembali bertambah 48 orang.

Secara keseluruhan sebanyak 155.674 orang meninggal terkait Covid-19.

Sebelumnya, total kasus positif Covid-19 di Indonesia per tanggal 10 April 2022 berjumlah 6.032.707 orang.

Untuk kasus yang sembuh sebanyak 5.804.402 orang, sedangkan jumlah yang meninggal sebanyak 155.626 orang.

Data penambahan kasus positif Covid-19 di Indonesia ini dipublikasikan oleh Kementerian Kesehatan (Kemenkes) melalui laman <https://www.kemkes.go.id/> juga di <https://www.covid19.go.id/>. ● **osm**

Kaki Bocah 3 Tahun Terjepit...

Seorang saksi yang hanya menyebut namanya sebagai Nurul Berujar, dia mendengar teriakan keras dan melihat

seorang bocah laki-laki kakinya terjepit di eskalator.

"Untungnya seseorang dengan cepat menekan tombol

darurat untuk menghentikan eskalator. Balita itu menangis selama hampir satu jam sebelum pemadam kebakaran dan

penyelamatan datang untuk melepaskan kakinya," katanya.

Sementara itu, pemeriksaan di lokasi menemukan

bahwa manajemen pusat perbelanjaan langsung menutup eskalator tersebut untuk pengunjung. ● **osm**

Banjir Kecaman, Seekor Anjing...

mengaku membunuh anjing itu karena khawatir hewan tersebut dapat menyebarkan Covid-19, setelah pemiliknya dinyatakan positif mengidap penyakit akibat virus corona.

"Kami tidak memikirkan hal ini secara komprehensif," kata perwakilan komite lingkungan yang tidak disebutkan namanya sebelum menambahkan bahwa kompensasi akan dibayarkan kepada pemiliknya. Menurut South China

Morning Post, pemilik anjing itu dinyatakan positif Covid-19 dan dibawa ke pusat karantina di dalam van. Pemilik anjing disebut memutuskan untuk membiarkan corgi berkeluaran bebas karena mereka khawatir anjing itu akan kelaparan jika dibiarkan di rumah.

Corgi mengejar pemiliknya untuk sementara waktu, tetapi ketika van pergi, penjaga yang bertugas mengambil sekop

dan memukul anjing itu tiga kali, membunuhnya seketika. Gonggongan anjing corgi dapat didengar di video.

Insiden itu telah memicu kemarahan di kota yang sudah frustrasi dengan lockdown yang ketat dan tidak terbatas. Sebanyak 26 juta penduduk Shanghai bahkan tidak dapat meninggalkan rumah mereka untuk membeli bahan makanan.

"Pria itu monster. Dia in-

gin melawan Covid-19, tetapi siapa yang memberinya hak untuk membunuh kehidupan yang tidak bersalah?" komentar salah satu pengunyah Weibo.

Insiden pembunuhan terhadap hewan peliharaan karena ketakutan akan Covid-19 di Tiongkok bukan terjadi kali ini saja. Bulan lalu, seekor hewan peliharaan anjing Samoyed bernama Snowball dipukul secara brutal dengan tongkat oleh pekerja Covid-19 yang

mengenakan APD di kota Huizhou di provinsi Guangdong.

Pada November tahun lalu, seorang wanita di kota Shangrao di provinsi Jiangxi mengatakan pekerja kota memasuki rumahnya dan memukul anjingnya sampai mati. Pada Kamis (7/4), kota Shanghai melaporkan 20.398 kasus tanpa gejala dan 824 kasus dengan gejala, menurut Komisi Kesehatan Kota. ● **osm**

InternationalMedia

PEMIMPIN REDAKSI: Osmar Siahaan
PELAKSANA HARIAN: Lusi J, Prayan Purba.
PENANGGUNG JAWAB: Bambang Suryo Sularso.
KORDINATOR LIPUTAN/FOTO: Sukris Priatmo.
REDAKSI: Frans G, Vitus DP, Berman LR, Bambang Suryo Sularso.
ARTISTIK: M Rifki, James Donald, Indra Saputra.
SIRKULASI-PROMOSI: A Susanto, Nurbayin, Slamet, Ahyar, Ferry.
AGEN: JOGJA (Hidup Agency), PADANG (Karel Chandra), PALEMBANG (Angkasa), SOLO (ABC), BELITUNG (Naskafa Tjen).
PANGKAL PINANG (Yuliani, John Tanzil), **BALIK-PAPAN** dan **SAMARINDA** (Cv Gama Abadi, Alan/Tatang), **MAKASSAR** dan **MANADO** (Jefri/Meike, Jemmy), **TARAKAN KALTIM** (Ali), **BALI** (Swasti), **PEKANBARU** (Bob), **LAMPUNG** (Kartika), **SURABAYA**, **MEDAN** dan **PONTIANAK**.
KUANTAN/IKLAN: Citta.
BIRO BOGOR: Subagiyo (Kepala Biro), Jaidarman.
BIRO TANGERANG: Johan (Kepala Biro).
BIRO BEKASI: Madong Lubis (Kabiro),
BIRO SEMARANG: Tri Untoro.
BIRO BANDUNG: Lyster Marpaung.
BIRO BANTEN: Drs H Izul Jazuli (Kepala Biro), Stefano (Koordinator Berita Serang, Pandeglang dan Lebak).
BIRO LEBAK: Nofi Agustina (Kabiro).
BIRO JAMBI: Ratumas Sabar Riah, Rts Zuchriah.
HARGA ECERAN: Rp 2.500,-/eks (di luar kota Rp 3.000,-/eks), Harga Langganan Rp 50.000,-/bulan.
PERCETAKAN: PT. International Media Web Printing
ALAMAT: Jl. Kapuk Kamal Raya No. 40-A, Jakarta Barat. (isi di luar tanggung jawab percetakan).

Alamat Redaksi/Iklan : Gedung Guo Ji Ribao Lt 3
Jalan Gunung Sahari XI No. 291 Jakarta Pusat 10720
Telp : 021-6265566 pesawat 4000
Fax : 021-639 7652.
Twitter: International Media @redaksi_IM