

## **Rimasnya Tangan Tak Berhenti Berpeluh**

Oleh: Siti Nur Hidayah Feridaus

*Universiti Sains Islam Malaysia*

*Diterbitkan pada 7 Jun 2021*



Hiperhidrosis yang berlaku di bahagian tapak tangan.

Peluh merupakan satu proses semulajadi tubuh yang berfungsi untuk mengawal suhu badan, menghilangkan toksin dan keretakan.

Namun, masalah peluh berlebihan atau hiperhidrosis boleh menyebabkan seseorang individu mengalami tekanan emosi, rasa tidak selesa untuk bersosial dan masalah gangguan fizikal yang lain.

Menurut artikel yang diterbitkan oleh Persatuan Dermatologi Britain, hiperhidrosis bermaksud berpeluh berlebihan yang mempengaruhi seluruh wajah dan badan serta berlaku tanpa mengira faktor fizikal.

Hal ini bermaksud hiperhidrosis boleh terjadi di mana-mana bahagian tubuh badan seperti muka, tapak tangan, ketiak, tapak kaki dan badan.

Hiperhidrosis akan terjadi kepada individu apabila berlaku tindak balas berlebihan dalam saraf yang membekalkan kelenjar peluh ekrin dalam badan.

Individu yang mengalami keadaan ini tetap akan berpeluh meskipun berada dalam suhu yang sejuk atau di dalam suhu bilik yang normal.

Menurut Perunding Am dan Pakar Bedah Pusat Perubatan Prince Court, Dr George John Thomas George, hiperhidrosis terbahagi kepada dua jenis utama iaitu hiperhidrosis primer dan hiperhidrosis sekunder.

Hiperhidrosis primer adalah peluh berlebihan yang disebabkan oleh keadaan emosi dan ketegangan saraf yang boleh berlaku apabila kelenjar peluh di kawasan tersebut lebih aktif atau lebih sensitif daripada biasa.

Situasi itu juga boleh berlaku disebabkan oleh faktor genetik dan kebiasaannya dialami oleh tiga dari 100 orang.

Hiperhidrosis sekunder pula berpunca daripada gangguan badan atau disebabkan kerana mengambil ubat-ubatan tertentu.

Antara penyakit yang boleh menyebabkan masalah ini adalah obesiti, hipertiroidisme, neurasthenia, reumatik, penyakit kronik yang berjangkit, gangguan fungsi sistem saraf pusat dan hiperplasia kelenjar peluh.

Di samping itu, hiperhidrosis juga boleh disebabkan oleh faktor luaran seperti memakai kasut yang tertutup, pakaian yang diperbuat daripada kain sintetik dan pemakanan yang tidak betul.

Tapak tangan berpeluh atau nama saintifiknya 'palmar hiperhidrosis' merupakan jenis hiperhidrosis yang paling lazim berlaku.

Hal ini disebabkan oleh rangkaian saraf simpatetik yang terlebih aktif. Saraf simpatetik merupakan sebahagian daripada sistem saraf autonomi yang mana mengawal setiap aktiviti dalam anggota badan yang terletak di bahagian dada.

Menurut Dr Sri Viknarajan dari Universiti Hasanuddin, Indonesia, 'palmar hiperhidrosis' atau peluh tangan yang berlebihan akan berlaku kepada satu hingga tiga peratus daripada kebanyakan orang.

Keadaan ini selalunya bermula pada zaman kanak-kanak atau remaja. Terdapat beberapa faktor penyebab kepada tangan berpeluh seperti faktor genetik, tekanan fizikal dan tekanan emosi.

Terdapat pelbagai rawatan yang boleh dilakukan bagi menangani hiperhidrosis. Antaranya rawatan tanpa pembedahan seperti menggunakan produk antiperpeluhan yang dapat membantu melegakan masalah ini.

Selain itu, terdapat juga ubat-ubatan seperti 'anticholinergics' seperti 'Glycopyrolate' (0.5-3%) atau 'Atropine', yang boleh membantu dalam masalah tersebut. Namun, ia seharusnya digunakan mengikut nasihat pakar perubatan.

Kaedah seterusnya adalah iontoforesis air paip di mana tapak kaki dan tapak tangan direndam dalam air sambil disambung ke peranti yang akan mengalirkan arus elektrik bervoltan rendah untuk mengaktifkan semula saluran sodium kelenjar peluh dan mengurangkan perpeluhan.

Suntikan botulinum toksin A (botox) adalah kaedah lain dalam rawatan tanpa pembedahan bagi merawat masalah ini.

Individu yang menggunakan rawatan ini akan disuntik di bahagian tapak tangan dan tapak kaki. Ia perlu dilakukan berulang kali setiap dua hingga enam bulan dan kos rawatan ini agak mahal.

Rawatan melalui pembedahan juga ditawarkan kepada individu yang mengalami masalah ini seperti *video assisted thoracoscopic sympathectomy* atau pembedahan *needlescopic* yang juga dinamakan oleh sesetengah pakar sebagai *endoscopic thoracic sympathectomy* dengan kadar sembuh antara 95 hingga 98 peratus.

Kaedah penjagaan diri boleh dilakukan oleh individu yang mengalami masalah hiperhidrosis. Antaranya, mengelakkan diri dari tempat yang terlalu panas, berhenti minum alkohol dan elakkan makanan yang pedas.

Masalah keringat dan bau yang disebabkan oleh hiperhidrosis boleh dikurangkan dengan memakai pakaian dan stoking dari kapas serta menggunakan sapu tangan dan kerap menukar pakaian.