

## **Mandi Malam Bukan Punca Pneumonia**

Oleh: Nur Hamizah Ismail  
*Universiti Sains Islam Malaysia*  
*Diterbitkan pada 16 Jun 2021*



Gambar hiasan

Sejak kecil, kita dipengaruhi oleh mitos kononnya mandi pada waktu malam menjadi punca penyakit paru-paru berair atau pneumonia.

Pantang larang yang diwarisi sejak zaman berzaman ini masih lagi dipercayai oleh sebahagian anggota masyarakat sehingga kini.

Walau bagaimanapun, sejauh manakah kesahihan mitos yang menyebabkan ramai dalam kalangan kita tidak berani mandi pada waktu malam?

Paru-paru merupakan antara organ terpenting dalam badan manusia. Seseorang individu yang menghidap penyakit paru-paru berair akan mengalami keradangan pada organ tersebut.

Akibatnya, dia akan mengalami sakit dada, sukar bernafas, batuk atau demam. Walaupun pada peringkat awal, gejala pneumonia tidak begitu teruk, ia boleh memudaratkan penghidapnya sekiranya berpanjangan.



Gambar hiasan

Penyakit paru-paru berair melibatkan organ dalaman iaitu paru-paru. Oleh itu, ia sukar untuk dilihat oleh mata kasar manusia.

Seperti yang dijelaskan oleh Pegawai Perubatan Hospital Kuala Lumpur, Dr Ahmad Samhan Awang, paru-paru kita dilindungi oleh satu lapisan tisu yang melindungi paru-paru.

Beliau menambah, adalah mustahil untuk air masuk melalui kulit semasa mandi dan terus mengalir ke paru-paru. Tambahan pula, air tidak boleh menembusi kulit kerana sifatnya yang tidak telap pada air.

Selain itu, liang roma kulit manusia pada waktu malam juga tidak akan terbuka. Oleh sebab itu, adalah tidak masuk akal mandi pada waktu malam boleh menyebabkan air mengalir masuk ke dalam tubuh dan berkumpul di paru-paru.

Penyakit paru-paru berair dikatakan berpunca daripada penyakit lain yang terdapat dalam badan kita. Menurut Kementerian Kesihatan Malaysia (KKM), jangkitan kuman, bakteria, virus dan tindak balas kimia atau fizikal merupakan antara punca penyakit tersebut.

Pandangan itu diperkukuhkan lagi oleh Pakar Bedah Penjagaan Kesihatan Kolej Imperial London, Dr Amalina Bakri. Beliau menyatakan, penyakit paru-paru berair berpunca daripada jangkitan bakteria pada paru-paru atau disebabkan oleh masalah kanser yang dihadapi pesakit.

Menurut beliau, setakat ini, tiada kajian yang menyatakan mandi pada waktu malam menjadi punca penyakit paru-paru berair.



Gambar hiasan

Persatuan Paru-paru Amerika turut menjelaskan bahawa penyakit paru-paru berair berpunca daripada bakteria yang kebiasaannya hidup di bahagian saluran pernafasan manusia.

Setelah diteliti fakta-fakta tersebut, kita boleh simpulkan bahawa mandi malam bukan punca penyakit paru-paru berair, berbeza dengan apa yang diuar-uarkan selama ini.

Sehubungan itu, mereka yang bekerja sehingga waktu malam tidak lagi berasa bimbang untuk mandi apabila tiba di rumah.

Sememangnya, kita digalakkan kerap mandi semasa pandemik COVID-19 melanda bagi mencegah jangkitan virus yang mungkin hinggap pada tubuh semasa kita bekerja.