



Pejuang Kanser

HIDUP LEBIH INDAH

Adibah binti Hassan Noorhadi (35 tahun), atau lebih mesra dipanggil Dib oleh keluarga dan rakan-rakan. Berasal dari Terengganu dan kini berkhidmat sebagai Pegawai Tadbir dan Diplomatik di Kementerian Pendidikan. Namun, sebelum berada pada tahap ini, hidup beliau pernah melalui satu titik hitam yang mengubah segalanya, ujian yang bukan sahaja menguji fizikal, tetapi juga mental, emosi, dan iman.



Segalanya bermula pada usia 21 tahun, sejezus menamatkan pengajian di universiti. Ketika itu, mula mengalami tanda-tanda pelik pada tubuh. Batuk yang tidak berhenti, demam yang hanya datang pada waktu malam, nafas berbunyi setiap kali bercakap panjang, berat badan turun mendadak dari 50-kilogram ke 42-kilogram, dan tubuh menjadi cepat letih.

Keadaan tidak bertambah baik. Adibah mendapatkan pemeriksaan di Hospital Kuala Lumpur (HKL), doktor mengambil keputusan untuk melakukan beberapa ujian lanjut. Beliau juga dimasukkan ke Unit Rawatan Koronari (CCU) untuk pemantauan rapi.

“Cik Adibah disahkan menghidap Kanser Limfoma Hodgkin tahap 4, dan telah merebak ke paru-paru”, itulah ungkapan doktor. Perasaan ketika itu sukar digambarkan. Terkejut, takut, sedih, dan buntu, semuanya bercampur-baur. Tetapi doktor menasihati saya untuk segera memulakan rawatan kemoterapi di Hospital Ampang.

Di Hospital Ampang, doktor menerangkan pelan rawatan. Sebanyak tujuh kitaran kemoterapi perlu dijalani. Dua kitaran pertama menggunakan ubat yang sangat kuat, BEACOPP Escalated, yang memerlukan tinggal di hospital selama dua bulan penuh. Kesan ubat ini amat berat di mana seluruh tubuh terasa amat lemah, kepala sering pening, muntah berulang kali, dan demam berpanjangan akibat jangkitan kuman.



**Adibah Binti Hassan
Noorhadi**

**Gelaran “survivor
kanser” pada usia muda,
bukanlah satu hukuman.**

**Ujian ini membuatkan
lebih menghargai setiap
nafas, setiap saat
bersama keluarga, dan
setiap peluang untuk
membantu orang lain.**

**Hidup selepas kanser
mungkin berbeza, tetapi
ia juga boleh menjadi
lebih indah kerana kita
tahu menghargai makna
sebenar kesihatan dan
kehidupan.**

Selepas itu, beliau menyambung lima kitaran kemoterapi menggunakan ubat ABVD yang lebih ringan kesannya. Setiap kitaran mempunyai dua sesi, jadi keseluruhan rawatan sebanyak 12 sesi.

Ketika sistem imun sangat lemah, jika terkena sedikit sahaja jangkitan kuman, ianya boleh mengancam nyawa. Doktor mengingatkan empat perkara penting iaitu elakkan demam, jaga pemakanan, jaga kebersihan, dan kawal diri terutama di hospital. Semua makanan yang saya makan seperti ikan, daging dan sayur mesti dimasak dengan sempurna, dan buah-buahan mesti dikupas kulitnya.

Makanan mentah atau separuh masak sama sekali tidak disentuh. Adibah sangat berdisiplin dalam aspek pemakanan. Bukan sahaja semasa rawatan, tetapi juga selama dua tahun selepas rawatan tamat pada 2011. "Bagi saya, setiap langkah berjaga-jaga adalah pelaburan untuk masa depan", jelas Adibah.



“Hidup selepas kanser bukan kelemahan, tetapi kekuatan yang menjadikan aku lebih menghargai masa, kasih sayang, dan kehidupan.”



Dua tahun selepas rawatan, pada 2013, beliau memberanikan diri memohon jawatan Pegawai Tadbir dan Diplomatik. Alhamdulillah, dapat meneruskan kehidupan dengan baik. Latihan yang dilalui tidak mudah, tetapi sudah terbiasa dengan kesukaran. Pengalaman melawan kanser mengajar saya untuk mengenali kemampuan dan limitasi badan sendiri dan untuk tidak memaksa diri melampaui kemampuan.

Adibah bertemu jodoh dengan insan yang sangat memahami, penyayang, menerima diri beliau sebagai seorang survivor kanser. “Saya fokus dengan kesihatan, saya mahu memastikan tubuh benar-benar bersedia dan kesihatan saya stabil untuk perancangan cahaya mata”, ujar Adibah. Akhirnya, dengan izin Allah, dikurniakan seorang anak yang kini berusia lapan bulan, sihat tanpa sebarang komplikasi. Syukur!

Adibah turut aktif dalam komuniti pesakit kanser, terutamanya KanWork, yang banyak memberi sokongan moral, pengetahuan, dan peluang berkongsi pengalaman dengan rakan seperjuangan. Bertemu mereka membuat saya sedar bahawa saya tidak berjuang seorang diri.



Gelaran “survivor kanser” pada usia muda, bukanlah satu hukuman. Bagi Adibah, ia adalah anugerah yang datang bersama hikmah. Ujian ini membuat beliau lebih menghargai setiap nafas, setiap saat bersama keluarga, dan setiap peluang untuk membantu orang lain.

Kepada rakan seperjuangan, jangan malu mengakui keadaan diri, jangan putus asa, dan jangan membuang masa mempersoalkan takdir. Tumpukan tenaga untuk pulih, kerana apabila kita kembali kuat, kita akan mampu menguatkan orang lain.

Hidup selepas kanser mungkin berbeza, tetapi ia juga boleh menjadi lebih indah kerana kita tahu menghargai makna sebenar kesihatan dan kehidupan.



“Aku tahu sakit ini sementara, dan di sebalik derita, ada cahaya. Setiap nafas yang dihembus, adalah peluang untuk terus melangkah”.