

Yuk, Kenali Riwayat Kesehatan Keluarga



Penyakit yang timbul tidak hanya disebabkan oleh gaya hidup yang tak sehat saja. Namun, ada juga penyakit yang bersifat diwariskan. Dr. Handrawan Nadesul, contributor Nestle, mengatakan penting untuk mengetahui riwayat kesehatan keluarga agar bisa mengantisipasi adanya penyakit yang diwariskan. Untuk lebih jelasnya, simak ulasan berikut ini ya.

Kebanyakan keluarga tidak mengetahui penyakit apa yang sedang mengintainya. Salah satu penyakit yang bisa diwariskan adalah diabetes. Jika Anda memiliki orang tua yang mengidap diabetes, maka Anda memiliki risiko yang lebih tinggi untuk menderita penyakit diabetes juga. Ciri dari penyakit diabetes turunan adalah tingginya kadar gula darah ketika masih muda. Sedangkan, diabetes bukan turunan baru muncul setelah usia dewasa.

Sebenarnya ada ribuan jenis penyakit turunan, sebagian tampak sebagai kelainan fisik seperti bibir sumbing, scoliosis dan hermafrodit. Kemudian, penyakit turunan yang tak tampak seperti buta warna, epilepsi, asma dan hemofilia adalah penyakit yang hanya bisa diketahui melalui pemeriksaan lanjut.

Menghindari penyakit turunan hampir dinilai tidak bisa, karena pernikahan selalu berkenaan dengan perasaan bukan dengan hal-hal yang rasional. Namun, ada baiknya jika melakukan pemeriksaan genetik pra nikah agar masing-masing pasangan akan mengetahui penyakit turunan yang mungkin akan mewarisi keturunannya. Dengan mengetahui hal ini lebih dini Anda dan pasangan bisa lebih berhati-hati untuk menjaga kesehatan si kecil.

Bagi Anda pasangan yang tidak memiliki penyakit turunan bukan berarti bisa bebas dari penyakit. Gaya hidup sehat dan pola makan seimbang harus selalu diutamakan agar Anda sekeluarga tetap sehat dan tidak terancam mengidap penyakit turunan. Semoga bermanfaat.

<https://www.sahabatnestle.co.id/content/view/yuk-kenali-riwayat-kesehatan-keluarga.html>