

Belimbing, Jengkol, dan Mengkudu Berbahaya untuk Penderita Ginjal

Orang umumnya percaya pada obat-obatan tradisional. Selain lebih berkhasiat juga tak dicampur bahan kimia, sehingga aman dikonsumsi. Tetapi, tahukah Anda bahwa **beberapa obat-obatan tradisional itu justru berbahaya bagi kesehatan, jika tidak diteliti lebih lanjut.**



Buah belimbing atau *Averrhoa carambola* misalnya, yang dipercaya berkhasiat menurunkan tensi darah, justru sangat berbahaya bagi pasien sakit ginjal. Spesialis ginjal, Dokter Med Salim Lim dalam seminar "Ginjal dan obat tradisional" di Rumah Sakit Husada, Jakarta, Sabtu (13/12) mengatakan, **belimbing mengandung asam oxalat di mana pada orang sehat, ginjal menyaring dan membuangnya.**

Sedangkan **pada pasien ginjal, racun ini tidak dapat dibuang dan memperburuk keadaan ginjalnya.** "Karena terjadi obstruksi atau sumbatan di ginjal, sehingga menjadi gagal ginjal akut atau mendadak," ujar konsultan di **Renal Medicine** Singapura ini.

Belimbing juga mengandung neurotoksin atau racun saraf yang bisa mempengaruhi otak dan saraf dan banyak masyarakat yang belum mengetahui hal ini. Oleh karena itu, ia menyarankan masyarakat harus hati-hati dengan buah belimbing. Kenali gejala awalnya yakni, cegukan, mual-mual, muntah, penurunan kesadaran atau mati rasa, kejang, dan epilepsi. "Lebih berbahaya lagi menyebabkan kematian.

Belum banyak masyarakat yang tahu tentang itu, termasuk 99 persen tenaga medis dan dokter. **Cegukan adalah ciri khas dari efek konsumsi belimbing bagi penderita ginjal,** sebesar 93 persen," tambahnya.

Dokter yang berpraktik di **Rumah Sakit Husada** dan **Rumah Sakit Medistra** ini mengemukakan, sudah ada beberapa kasus. Salah satunya, SP (56), pasien dengan penyakit ginjal, diabetes, dan hipertensi. Ia dirawat di Rumah Sakit Husada karena cegukan terus menerus selama dua hari, mual dan sesak napas. Saat dirawat, pasien sempat koma. Seminggu baru diketahui, pasien selama ini mengonsumsi belimbing untuk menurunkan tensi darahnya.



Selain belimbing, dokter Med menyebutkan, **buah jengkol (pithecellobium jiringa) juga berbahaya bagi pasien ginjal.**

Makan jengkol bisa menyebabkan penyumbatan saluran air seni, karena **endapan kristal asam jengkolat,** sehingga akhirnya menjadi gagal ginjal akut atau mendadak. "Keluhannya nyeri perut (kolik) sesudah makan jengkol dan air seni menjadi merah atau hematuria," katanya.



Buah mengkudu (Morinda citrifolia) atau "noni juice" juga tidak dianjurkan pada orang yang sakit ginjal karena **kandungan kaliumnya (K) sangat tinggi,** yakni lebih dari 10 kali kalium darah atau sama dengan jus jeruk dan tomat.

Dokter Med menjelaskan, **tidak semua obat tradisional atau herbal aman meskipun berasal dari tumbuh-tumbuhan.** Hal ini karena beberapa hal antara lain, herbal tidak perlu uji klinis yang lengkap, tidak semuanya benar-benar distandarisasi dan mengandung zat yang aktif dan **kontaminasi** dengan pestisida, logam-logam berat atau obat-obat modern.

Selain itu, dosis minimal dan maksimal atau toksik jarang diberitahu, interaksi dengan obat-obatan lain tidak diketahui dan tidak diberitahu efek sampingnya. [DMF/L

Posted by [Rully Mangunsong](#) at [3/12/2010 10:32:00 PM](#)

<http://myllurhealthylifestyle.blogspot.com/2010/03/belimbing-jengkol-dan-mengkudu.html>

Mei 2013 - From: www.itokindo.org (free pdf - **Manajemen Modern dan Kesehatan Masyarakat**)