



Hepatitis C merupakan penyakit yang menurunkan kualitas hidup. Penyakit yang dipicu oleh virus hepatitis C ini bisa menyebabkan peradangan hati; jika dibiarkan akan memicu sirosis hati atau kanker hati. Untuk menanganinya, Anda bisa menggunakan pengobatan medis standar yang tersedia. Selain itu, Anda juga bisa menggunakan pengobatan pelengkap untuk mengurangi gejala dan meminimalkan efek samping obat.

Pengobatan alternatif hepatitis C bervariasi, mulai dari obat herbal seperti *milk thistle*, akar *licorice*, ginseng, timus, hingga terapi seperti pijat, *chiropractic* dan teknik relaksasi. Sekitar 40 persen pasien yang gagal dengan pengobatan medis konvensional, seperti dikutip situs webMD, telah mencoba terapi lain dan sebagian besar melaporkan mengalami pengurangan kelelahan, peningkatan kekebalan tubuh dan perbaikan fungsi saluran pencernaan.

BERIKUT BEBERAPA PENGOBATAN PELENGKAP YANG BISA MENJADI PILIHAN ANDA:

Milk thistle (*Silybum marianum*) merupakan obat herbal untuk hepatitis C yang paling dikenal dan paling banyak diteliti. Tanaman bunga dari keluarga *Asteraceae* ini diyakini berfungsi mengurangi peradangan hati dan mempunyai efek antivirus terhadap infeksi hepatitis C.

Sebuah studi kecil yang dipresentasikan pada konferensi European Association for the Study of the Liver 2008 menunjukkan bahwa *milk thistle* bisa mengurangi kadar virus hepatitis C di tubuh pasien yang tidak merespon interferon. Meskipun bukti efektivitas tanaman ini masih sedikit, herbal ini dinyatakan sangat aman, dengan efek samping yang sangat sedikit.

Akar kering *licorice* (*Glycyrrhiza glabra*) mengandung komponen aktif. Beberapa studi menunjukkan bahwa herbal ini bisa mengurangi komplikasi



Pengobatan Alternatif Penderita Hepatitis C

hepatitis C (termasuk kanker hati) dan memperbaiki fungsi hati. Akar *licorice* bisa dikonsumsi sendiri atau dipadukan dengan herbal lain. Dalam sebuah studi, pasien yang mengonsumsi kombinasi akar *licorice*, *milk thistle* dan beberapa herbal lainnya mengalami perbaikan kadar enzim-enzim hati (penanda kerusakan hati dan peradangan).

Ekstrak timus diambil dari kelenjar timus sapi. Karena timus membantu mengatur fungsi sistem kekebalan, maka ekstrak timus diyakini meningkatkan kekebalan tubuh pasien hepatitis C. Akan tetapi, belum cukup studi untuk mengkonfirmasi teori ini.

Ginseng telah lama digunakan untuk meningkatkan kekebalan tubuh dan beberapa bukti menunjukkan bahwa herbal ini bisa membantu memperbaiki fungsi hati. Akan tetapi, belum ada

studi spesifik yang melihat manfaat ginseng pada pasien hepatitis C.

Lactoferrin merupakan protein yang ditemukan pada susu. Komponen ini juga terdapat pada air mata dan air ludah. Beberapa studi kecil telah menemukan bahwa saat dikonsumsi sebagai suplemen diet, lactoferrin bisa menurunkan kadar virus hepatitis C dalam darah dan memperbaiki fungsi hati.

Pengobatan lain termasuk pijat, akupunktur dan terapi relaksasi. Meskipun terapi ini belum diteliti melalui studi ilmiah, beberapa pasien melaporkan mengalami pengurangan rasa sakit. Selain itu, cara ini juga dinyatakan membantu mengurangi efek samping yang ditimbulkan pengobatan medis standar. ■ (NFA)