

AKHBAR : HARIAN METRO

MUKA SURAT : 10

RUANGAN : LOKAL



KES BUNUH AHLI KELUARGA DAN KESIHATAN MENTAL

NAMPAK OKEY TAK SEMESTINYA OKEY

Kuala Lumpur

Kes bunuh melibatkan ahli keluarga terdekat yang semakin banyak dilaporkan akhir-akhir ini amat membimbangkan apatah lagi rata-rata individu yang terlibat tidak mempunyai latar belakang penyakit mental serta bebas pengaruh dadah.

Antara kes yang meng-

gemparkan berlaku pada Julai lalu di Kampung Bakar Batu, Johor, melibatkan seorang lelaki yang didakwa membunuh dengan mengelar isteri dan bayinya yang berumur tiga bulan.

Kes berkenaan mendapat liputan meluas pelbagai pihak termasuk di media sosial kerana suspek berusia 24 tahun itu digambarkan sebagai seorang lelaki, anak, menantu dan suami yang mempunyai tingkah laku yang baik termasuk tidak pernah menunjukkan sikap panas baran.

Ketika ditangkap, lelaki itu menunggang motosikal dalam keadaan berbogel dan tangkapan dibuat beberapa jam selepas mayat dua beranak berkenaan ditemukan di hadapan rumah mereka. Polis turut merampas sebilah pisau pemotong daging da-

ripada lelaki berkenaan.

Kes pembunuhan seperti ini sudah tentu membuatkan ramai yang tertanya-tanya apakah punca penyebab atau mendorong lelaki berkenaan bertindak kejam sedangkan yang diragut nyawa itu adalah isteri dan anaknya sendiri?

Bagaimana seorang individu yang secara luarannya dilihat tidak bermasalah, ketawa dan ceria namun tiba-tiba boleh bertindak di luar jangkaan. Apakah mungkin ianya berkait dengan gangguan atau masalah mental?

Pakar Perunding Psikiatri Pusat Perubatan MSU Prof Dr Zulkifli Ghaus berkata, pelbagai aspek perlu diperhalusi bagi memahami mengapa insiden bunuh ahli kelu-

ga boleh terjadi.

Menurut beliau, antaranya, mengetahui sama ada terdapat sebarang masalah ketika seseorang itu dilahirkan sebagai contoh si ibu trauma sewaktu melahirkan seterusnya mendatangkan kecacatan dari segi perkembangan otak si anak yang membuatnya mengalami kesukaran untuk mengawal perasaan.

Selain itu, sewaktu di alam persekolahan, adakah seseorang itu pernah dibuli atau didera secara fizikal atau emosi serta pengaruh negatif rakan-rakan terhadap dirinya.

"Personaliti seseorang sama ada *introvert* atau *extrovert* juga boleh mempengaruhi. *Introvert* merujuk

kepada individu yang pendiam dan tidak menceritakan masalahnya kepada orang lain, suka berada di rumah, tidak agresif, sukar membimbing tapi suka dibimbing dan tidak pandai bergaul.

"*Extrovert* pula merujuk kepada individu yang dinamik, bercita-cita, suka membimbing, agresif, suka berada di luar rumah dan mempunyai hobi yang lasak.

Namun begitu, terdapat juga personaliti lain yang boleh mempengaruhi tindakan seseorang seperti paranoid, anti sosial, histrionic (orang yang suka drama untuk mendapat perhatian) dan lain-lain," katanya kepada Bernama.

Dr Zulkifli berkata, mak-

lumat lengkap berhubung kejadian (insiden bunuh) perlu didapatkan secara terperinci termasuk sebelum, semasa dan selepas kejadian berlaku.

Beliau juga tidak menolak lazimnya insiden yang tidak diingini itu berlaku akibat individu terbahit berhadapan pelbagai masalah secara serentak, antaranya masalah rumah tangga, di tempat kerja, hutang, jiran, masalah kesihatan diri termasuk tiada selera makan, infeksi dan

85%

Peratusan daripada 145,173 panggilan diterima KKM membabitkan isu kesihatan mental

masalah tidur.

"Apabila lambakan masalah datang sekali gus, kadang-kadang manusia akan hilang kemampuan dan pertimbangan untuk menanganinya. Apatah lagi jika kesihatan diri sendiri turut terjejas seperti kekurangan rehat dan tidur, air dan makanan yang boleh membuatkan bahan kimia di otak terutama neurotransmitter tidak stabil dan boleh membuat individu itu menderita psikosis.

"Psikosis merujuk kepada keadaan tidak waras apabila seseorang tidak berada di alam nyata dan tidak dapat membezakan antara yang baik dan buruk termasuklah perbuatan menunggang motosikal dalam keadaan berbogel.

"Mendengar suara-suara (halusinasi) yang mungkin menghina, mencaci atau arahan tertentu akan membuat mereka marah dan bertindak luar kawalan termasuk membunuh diri atau orang lain," katanya menambah, golongan itu juga boleh mengalami delusi iaitu mempercayai sesuatu perkara yang terbukti salah.

Mengulas lanjut Dr Zulkifli berkata, dalam kes seperti di atas, terutama jika individu yang terlibat itu masih muda, bahagian pe-

» **Bersambung di muka II**



TINDAKAN di luar kewarasan berpunca daripada masalah mental bukanlah pengakhiran hidup yang diingini sesebuah keluarga.

AKHBAR : HARIAN METRO

MUKA SURAT : 11

RUANGAN : LOKAL

» Dari muka 10

rubatan akan cuba mencari punca mengapa kejadian sedemikian boleh berlaku.

"Hal-hal yang perlu difikirkan adalah seperti faktor organik iaitu suatu keadaan apabila sel-sel otak terganggu atau rosak yang membuatkan individu itu bermasalah.

"Antara faktor organik yang perlu diselidik ialah pengaruh dadah, infeksi terutamanya di otak, peradahan dalam otak akibat trauma, gangguan kadar elektrolit dalam darah, masalah sistem endokrin, masalah tumor otak, kurang vitamin tertentu bahkan masalah keracunan makanan juga boleh menjadi punca.

"Sekiranya doktor tidak dapat mengesan penyebab seperti di atas, barulah kita fikirkan masalah kesihatan mental yang dikategorikan sebagai faktor bukan organik atau faktor *functional* yang disebabkan genetik, persekitaran, psikologi dan sosiologi. Kes-kes ini termasuklah *Brief Psychotic Disorder* (kecelaruan psikotik sementara), *Dissociative Disorder* (kecelaruan jati diri), amuk dan histeria," jelasnya.

Menurut statistik *National Health and Morbidity Survey 2019* oleh Kementerian Kesihatan Malaysia (KKM), antara ancaman tertinggi yang boleh mengakibatkan berlakunya masalah mental di Malaysia ialah menghisap rokok iaitu sebanyak 21.3 peratus dan pengambilan alkohol 11.8 peratus.

Berdasarkan statistik itu juga sebanyak 2.3 peratus dari orang dewasa menghidap depresi manakala 7.9 peratus atau 424,000 pula terdiri daripada kanak-kanak berumur antara lima hingga 15 tahun.

Masalah mental juga melibatkan 100,000 orang penagih dadah dan dadah yang paling banyak digunakan ialah marijuana.

Menurut KKM juga, dalam tempoh Mac 2020 hingga 20 Mei 2021, sebanyak 85.5 peratus daripada 145,173 panggilan yang diterima adalah membabitkan isu kesihatan mental yang memerlukan sokongan emosi dan kaunseling seperti stres akut, keresahan, kemurungan, penderaan dan tingkah laku bunuh diri.

Kes pembunuhan isteri dan anak ini yang tular di media sosial membuatkan ramai yang berkongsi #depressionreal di laman sosial masing-masing. Tidak kurang juga yang menzahirkan rasa simpati kepada suspek. Dalam situasi ini,



bagaimana masyarakat perlu faham bahawa depresi, stres dan sebagainya adalah satu isu besar yang tidak boleh dipandang ringan?

Menjawab persoalan ini, Dr Zulkifli berkata, masalah depresi mesti dipandang serius kerana jika gagal ditangani dengan baik ia boleh menjejaskan kualiti hidup, kerja, akademik, sosial dan rohaniah.

Menurut beliau, masyarakat juga perlu membaca, peka serta meningkatkan ilmu mengenai penyakit mental melalui penglibatan dalam program yang dianjurkan agensi berkaitan yang bukan sahaja melibatkan kaedah menangani depresi tetapi juga gejala lain seperti perasaan cemas (*anxiety*), gembira berlebihan (*mania*), cepat marah, agresif dan psikosis.

"Masyarakat perlu dididik dengan lebih proaktif tanda awal penyakit mental. Kita perlu tahu cara yang asas untuk berdepan dengan orang yang depresi atau pun individu yang agresif serta bekerjasama dengan doktor agar pesakit dapat dirawat dengan baik.

"Stigma dan pemikiran negatif terhadap pesakit mental perlu dihapuskan. Perkataan gila atau sasau sebagai contoh tidak seharusnya digunakan sebaliknya ahli keluarga, rakan terdekat, seluruh anggota masyarakat serta kerajaan perlu membimbing dan bersedia menghulur bantuan," katanya.

Dr Zulkifli pada masa sama menambah, sikap memendam rasa, menjaga hati orang lain atau mungkin tanggapan tidak mahu membesar-besarkan sesuatu perkara boleh mengundang kepada situasi 'makan dalam' dan memberi implikasi besar kepada diri sendiri termasuk bunuh diri atau membunuh orang lain.

"Sikap seperti ini mungkin terjadi kerana isu stigma tadi. Mereka tidak mahu dilabelkan sebagai negatif jauh sekali mempunyai penyakit mental. Ini kerana masyarakat sering memandang pesakit mental sebagai bermasalah, lemah, sukar



Apabila lambakan masalah datang sekali-gus, kadang-kadang manusia akan hilang kemampuan dan pertimbangan untuk menangannya. Apatah lagi jika kesihatan diri sendiri turut terjejas seperti kekurangan rehat dan tidur, air dan makanan"

Dr Zulkifli Ghaus

bergaul, tiada masa depan, agresif, sukar dipercayai dan sebagainya.

"Secara puratanya, kaum lelaki lebih sukar meluahkan perasaan kerana sifat mereka yang memimpin dan bukan dipimpin. Meminta pertolongan daripada orang lain membuatkan mereka kelihatan lemah dari segi mental dan fizikal.

"Berbeza dengan wanita, mereka lebih mudah menyuarkan isi hati dan lebih cenderung mendapatkan pertolongan. Elakkan memendam masalah sebaliknya rujuklah kepada individu yang boleh dipercayai seperti ibu bapa, adik beradik, kaunselor, pakar psikologi atau pakar psikiatri," katanya.

Bagi beliau, merujuk kepada pakar bidang adalah jalan terbaik kerana maklumat yang dikongsi adalah sulit dan laporan akan hanya dikeluarkan dengan kebenaran individu terlibat.

Menurut statistik Institut Kesihatan Negara (NIH) 2018, Malaysia masih berhadapan masalah kekurangan tenaga pakar psikologi dan psikiatri.

Pada masa ini Malaysia mempunyai seramai 200 orang pakar psikologi untuk populasi 33 juta orang penduduk berbanding di Britain iaitu seramai 9,500 pakar untuk populasi 67 juta orang penduduk.

Malaysia juga hanya mempunyai 1.27 pakar psikiatri untuk 100,000 penduduk sedangkan angka sebenar yang dianjurkan Pertubuhan Kesihatan Sedunia (WHO) ialah satu pakar untuk 10,000 penduduk (1:10,000).

200

Bilangan pakar psikologi di Malaysia berbanding populasi 33 juta penduduk.



Ramai pasangan suami isteri yang ada masalah...di luar nampak bahagia dan gembira termasuklah apa yang dikongsikan di Facebook dan Instagram, semuanya indah-indah sedangkan sebaliknya yang berlaku"

Hushim Salleh

harta pusaka.

"Dalam isu ini juga, keluarga sendiri sebenarnya boleh menjadi toksik disebabkan rasa tidak puas hati, hasad dengki dan kebanyakan masalah sekarang ialah tiada komunikasi. Banyak yang berlaku sekarang, apabila ada masalah dalam keluarga maka ramai yang pendam, simpan dan memilih untuk tidak meluahkan perasaan kepada ahli keluarga yang lain.

"Bagi mendepani perkara ini, bidang psikiatri dan kesihatan mental sentiasa ditutamakan dalam latihan para doktor. Mereka sentiasa digalakkan menceburi bidang ini kerana Malaysia sangat kurang pakar. Pegawai Perubatan Siswazah digalakkan menjalani posting psikiatri untuk menimbulkkan minat mereka dalam bidang ini.

"Program melibatkan kesihatan mental sentiasa mendapat perhatian di platform sosial media. Doktor juga digalakkan berkongsi pengetahuan dan sokongan kepada mereka yang bermasalah," katanya menambah setiap Pegawai Perubatan dinasihatkan tidak memandang ringan stigma dan diskriminasi terhadap pesakit mental.

Sementara itu, Perunding Motivasi dan Kaunseling terkenal Hushim Salleh berkata, berdasarkan pengalaman beliau mengendalikan kes melibatkan pasangan suami isteri dan keluarga, masalah kewangan termasuk dibertentangan kerja akibat pandemik Covid-19 menjadi antara punca utama tekanan hidup dan emosi seterusnya membawa kepada masalah mental.

Gejala bunuh yang menjadi-jadi kebelakangan ini terutama selepas pandemik melibatkan anak bunuh ibu, adik bunuh abang dan sebagainya hanya disebabkan si ibu enggan memberikan duit kepada anak yang mungkin penagih dadah atau punca lain, timbul rasa tidak puas hati soal pembahagian

"Apabila terlalu lama memendam dan berdiam, ia sedikit demi sedikit akan menjadi kebencian (kepada ahli keluarga) dan akhirnya akan wujud bisikan (halusinasi) untuk membunuh," katanya.

Beliau menambah, terdapat juga banyak kes pasangan suami isteri yang bermasalah namun berpura-pura semuanya baik demi menjaga nama keluarga dan reputasi masing-masing.

"Kes ini memang banyak sangat saya kendalikan. Ramai pasangan suami isteri yang ada masalah... di luar nampak bahagia dan gembira termasuklah apa yang dikongsikan di Facebook dan Instagram, semuanya indah-indah sedangkan sebaliknya yang berlaku.

"Mereka ini yang bila berjumpa untuk buat sesi kaunseling tiba-tiba 'meletup' sebab selama ini masing-masing 'menyimpan' ada yang 'terbuku di hati' tetapi tak pernah nak kongsi atau berbincang. Hakikatnya, tindakan sebegini sangat berbahaya dalam keluarga.

"Suami isteri jika ada masalah lekaslah berjumpa kaunselor perkahwinan kerana kita tak boleh berpura-pura dan perlu menjaga hubungan dan berterus terang," katanya menambah sesi kaunseling dan terapi keluarga dapat membantu menyelamatkan sesebuah institusi keluarga.



TEKANAN hidup dan emosi boleh membawa kepada masalah mental jika tidak ditangani dengan baik.

AKHBAR : HARIAN METRO

MUKA SURAT : 20

RUANGAN : LOKAL

'Kanabis untuk rekreasi tetap haram'

Bangkok: Menteri Kesihatan Khairy Jamaluddin pada Rabu memberi jaminan kerajaan tidak membenarkan kanabis digunakan untuk tujuan rekreasi di Malaysia.

Khairy berada di Thailand untuk lawatan kerja empat hari bagi mengkaji amalan, kaedah penanaman, penyelidikan dan penggunaan kanabis untuk perubatan.

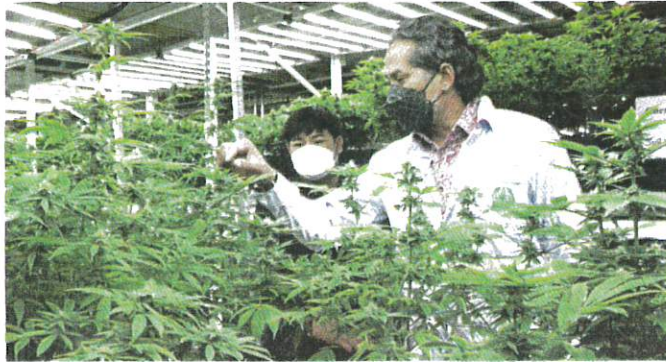
"Saya berada di Bangkok untuk memahami dengan lebih lanjut bukti klinikal dan rangka kerja kawal selia.

"Jika bukti klinikal menunjukkan kanabis selamat dan mujarab untuk perubatan, kami menyediakan rangka kerja pengawalseliaan dan garis panduan amalan klinikal.

"Jangan khuatir, penggunaan kanabis untuk rekreasi tidak dibenarkan," katanya menerusi hantaran di Instagram pada Rabu.

Catatan itu turut memuatkan gambar Khairy bersama Menteri Kesihatan Thailand Anutin Charnvirakul di sebuah pusat penyelidikan kanabis.

"Bersama rakan saya, Timbalan Perdana Menteri



KHAIRY mendengar taklimat mengenai penanaman kanabis ketika melawat Siam Cannabis Land di Pattaya.

yang juga Menteri Kesihatan Awam, Anutin Charnvirakul menunjukkan produk CBD Thailand.

"Mereka membenarkan kanabis untuk perubatan," kata Khairy.

Pada awal kelmarin, Khairy melawat Siam Cannabis Land di Pattaya dan beliau diberi taklimat serta melawat rumah hijau dan ladang penanaman terbuka yang menanam pelbagai jenis kanabis.

Projek bandar kanabis seluas 350 ekar dijangka memberi tumpuan kepada pembangunan produk kesihatan dan perkhidmatan perubatan komprehensif.

Pada 9 Jun, Thailand menjadi negara Asia Tenggara pertama membenarkan penanaman dan pemilikan kanabis untuk perubatan.

Pentadbiran Makanan dan Ubat-ubatan (FDA) Thailand mengeluarkan kanabis yang mengandungi ti-

dak melebihi 0.2 peratus tetrahydrocannabinol (THC) daripada senarai narkotik diharamkan.

Bagaimanapun, pemilikan kandungan diekstrak seperti minyak dan hidangan seperti makanan dan minuman mengandungi lebih daripada 0.2 peratus THC diharamkan di Thailand.

THC adalah sebatian psikoaktif utama dalam kanabis.

AKHBAR : HARIAN METRO
 MUKA SURAT : 32
 RUANGAN : LOKAL

Gesa KKM selesai isu ubat kurang

11,000 klinik, farmasi berisiko menutup operasi akibat kekurangan bekalan

Oleh Zuhainy Zulkiffli
 am@hmetro.com.my

Georgetown

Kementerian Kesihatan Malaysia (KKM) digesa supaya memberi perhatian teliti terhadap kekurangan ubat biasa di klinik swasta dan farmasi komuniti di negara ini.

Isa susulan laporan media mengenai 11,000 klinik dan farmasi yang berisiko menutup operasi sekiranya bekalan ubat-ubatan asas te-

rus berkurangan dan berlarutan tanpa penyelesaian.

Timbalan Presiden Parti Gerakan Oh Tong Keong berkata, terdapat ubat-ubatan yang mengalami kekurangan dalam satu tempoh masa malah jika bekalan kadang-kadang dipulihkan, kuantitinya sangat sedikit dan bekalannya akan terputus tidak lama selepas itu.

Katanya, kekurangan bahan mentah bagi farmasetikal dipercayai menjadi penyebab utama kepada

masalah itu.

"Jika orang ramai banyak menghidap selsema dan batuk biasa, mereka akan pergi ke klinik berdekatan dalam komuniti bagi berjumpa doktor atau membeli ubat di farmasi.

"Difahamkan pada masa ini, ubat-ubatan sangat kekurangan di pasaran termasuk bagi rawatan selsema dan batuk. Masalah ini mesti diselesaikan, jika tidak ia akan mengancam kesihatan orang ramai," katanya menerusi kenyataan di sini, semalam.

Mengulas lanjut, beliau berkata, masalah berkenaan adalah serius dan banyak klinik swasta serta farmasi tidak tahu cara mengatasinya sehingga memilih bagi henti operasi.

"Sehubungan itu, KKM dan Majlis Perubatan Malaysia diharap dapat bekerjasama bagi menyelesaikan masalah semasa serta memulihkan bekalan ubat-ubatan di pasaran secepat mungkin bagi melindungi kesihatan rakyat," katanya.

Pada Julai lalu, Presiden Persatuan Pengamal Perubatan Premier Malaysia (MPCAM) Dr Raj Kumar Maharajah dilaporkan berkata, kekurangan itu diramal sehingga hujung tahun ini dan boleh menyebabkan operasi tertunda jika tidak diberi perhatian.

Ubat seperti paracetamol, ubat batuk dan selsema berkurangan sehingga 30 peratus sehingga merencatkan operasi.

Nilai: Tapak pembinaan kilang perabot dekat Bandar Baru Enstek di sini, dikesan menjadi port pembiakan nyamuk aedes dan tidak mengamalkan sistem pengurusan sampah dengan betul.

Operasi Bersepadu Pejabat Kesihatan Daerah (PKD Seremban bersama Lembaga Pembangunan Industri Pembinaan (CIDB) Negeri Sembilan, semalam mendapati banyak takungan air ditemui yang menjadi tempat jentik-jentik membiak.

Kontraktor di tapak itu juga gagal menyediakan pekerja mahir yang dikhuatiri menyebabkan bangunan dibina tidak berkualiti.

Pengerusi Jawatankuasa Bertindak Kesihatan, Alam Sekitar, Koperasi dan Penggunaan Negeri S Veerapan berkata, operasi itu dilaksanakan adalah rutin bagi memastikan tapak pembinaan mematuhi peraturan.

"Kami menemui jentik-jentik di tempat pengumpulan sampah dan kawasan kediaman pekerja yang ada kon penghadang jalan rosak, dalam besen serta di tempat longgokan sampah.

"Pihak PKD mengeluarkan notis Seksyen 8 Akta Pemusnahan Serangga Pembawa Penyakit 1975 bagi kerja pembersihan dan pemusnahan tempat berisiko," katanya.

Beliau berkata, pihak pengurusan tapak pembinaan sepatutnya menyediakan tong sampah bertutup dan langkah lain mengelak jadi

Tapak pembinaan kilang 'port' biak jentik-jentik



VEERAPAN menunjukkan sampel jentik-jentik yang ditemui di sebuah tapak pembinaan di Bandar Baru Enstek, semalam. - Gambar NSTP/AHMAD HASBI

tempat air bertakung.

"Dengan keadaan hujan tidak menentu ketika ini, tempat pembinaan umpama bom jangka

yang menunggu masa untuk meletup kerana risiko pembiakan nyamuk Aedes dan kita tak boleh ambil mudah," katanya.

Mengetahui kon-

traktor tidak menyediakan pekerja mahir, katanya, CIDB mengesan pelanggaran pematuhan di bawah Akta Lembaga Pembangunan Industri Pembinaan Malaysia 1994 dan mengenakan kompaun kepada syarikat berkenaan.

Jentik-jentik ditemui di tempat kumpul sampah dan kawasan kediaman pekerja

AKHBAR : SINAR HARIAN

MUKA SURAT : 28

RUANGAN : NEGERI

JKN Kedah jalin kerjasama dengan kerajaan Thailand

PENDANG - Jabatan Kesihatan Negeri (JKN) Kedah menjalinkan kerjasama dengan kerajaan Thailand bagi meningkatkan pemantauan di sempadan Malaysia-Thailand susulan situasi semasa jangkitan cacar monyet di negara jiran berkenaan.

Exco Kesihatan dan Kerajaan Tempatan Kedah, Datuk Dr Mohd Hayati Othman berkata, sebagai negeri yang bersempadan kerjasama itu membantu JKN Kedah menerima maklumat awal berkaitan status jangkitan di negara berkenaan.

Katanya, jika terdapat peningkatan kes yang mendadak, langkah berjaga-jaga akan diambil segera termasuk memaklumkan kepada pelancong yang mahu berkunjung ke negara terbabit.

"Kita juga akan buat pemeriksaan susulan terhadap pelancong yang baru pulang dari Thailand dan mempunyai

simptom virus berkenaan," katanya ketika ditemui selepas merasmikan Program Asyura Perdana Pas Kawasan Pendang di sini pada Khamis.

Menurutnya, golongan yang akan berkunjung ke Thailand dan berisiko turut dinasihatkan mengambil vaksin sebagai langkah pencegahan.

"Setakat ini kaedah perubahan yang ada hanyalah melalui pengambilan vaksin untuk elakkan virus menular," ujarnya.

Media sebelum ini melaporkan kerajaan Thailand mengeluarkan amaran cacar monyet peringkat kebangsaan selepas mesyuarat tergempar agensi kesihatan dan menteri kesihatan awam pada 28 Julai lepas.

Setakat ini, sebanyak lima kes cacar monyet disahkan di Thailand dengan kes terbaharu membabitkan seorang wanita berusia 25 tahun.

CACAR MONYET