

AKHBAR : BERITA HARIAN  
MUKA SURAT : 13  
RUANGAN : MINDA PEMBACA

## Derma organ tanda bakti kepada masyarakat

Siti Nur Syahidah  
Ab Aziz,  
Kuantan, Pahang

**Derma** organ bukan perkara luar biasa dalam kalangan masyarakat kita. Namun, ia juga bukan hal yang dinormalisasikan. Masih terdapat sebahagian anggota masyarakat ragu, malah tidak mahu menjadi pengikrar untuk menderma organ.

Hal ini agak mendukacitakan kerana statistik pesakit yang menunggu organ adalah tinggi.

Apabila nama berada dalam senarai derma organ maksudnya tiada lagi jalan untuk sembuh. Mereka hanya mampu menghitung hari menanti rezeki andai memperoleh organ gantian.

Sudah menjadi rahsia umum, Malaysia antara negara dengan jumlah pengikrar organ paling rendah di dunia. Setakat ini, jumlah penderma organ dari 1997 hingga September 2012 hanya 0.7 peratus daripada 28.3 juta penduduk. Kadar pemindahan organ pula hanya 2.84 pembedahan bagi satu juta populasi pada tahun lalu berbanding 5.64 pembedahan pada 2020.

Pentingnya pendermaan organ menyaksikan Malaysia menubuhkan Pusat Sumber Transplan Negara pada 1997 di Hospital Kuala Lumpur.

Tujuannya bukan sekadar menambah pendaftar organ, bahkan meningkatkan kesedaran masyarakat kepentingan menjadi pengikrar.

Kita tidak tahu apakah punca orang awam masih ragu untuk menderma organ. Adakah mungkin sebahagian masyarakat masih tidak mengetahui kepentingan berbuat demikian atau kesedaran sebegini tidak menjadi keutamaan?

Sebenarnya senarai organ yang boleh didermakan sangat besar. Ia bukan sekadar organ utama

seperti jantung, paru-paru atau hati, sebaliknya juga membabitkan tisu badan, korea, injap jantung, tulang malah kulit. Tujuan pendermaan organ tentu sahaja untuk membantu orang yang memerlukan meneruskan kehidupannya dengan lebih baik.

### Semua agama iktiraf pendermaan organ

Namun, kita juga faham terdapat sebahagian masyarakat yang takut atau ragu untuk menjadi pendaftar organ. Satu daripada faktor adalah pengetahuan agama mereka terhad, iaitu masih keliru adakah Islam membenarkan pemindahan organ. Sebenarnya Islam tidak mengharamkan pendermaan organ, sebaliknya tindakan itu juga satu kewajipan bagi umatnya.

Malah, secara umum, semua agama mengiktiraf pendermaan organ. Mengikut laporan dalam web Kementerian Kesihatan Malaysia, Islam

melalui Majlis Fatwa Kebangsaan sudah meletakkan hukum harus pada urusan pendermaan dan pemindahan organ sejak Jun 1970.

Ia diharuskan dengan syarat tidak ada alternatif lain yang boleh menyelamatkan nyawa pesakit dan bukan untuk perniagaan (tiada unsur jual beli). Kaedah rawatan transplantasi juga diharuskan jika tidak mendatangkan mudarat lebih besar kepada penerima atau penderma (jika penderma masih hidup).

Islam juga mensyaratkan pendermaan organ dilakukan secara ikhlas dengan niat membantu orang lain semata-mata kerana Allah SWT.

Muzakarah Jawatankuasa Fatwa Kebangsaan turut menyebut, pemindahan organ diharuskan dalam Islam bagi menyelamatkan manusia lain serta mengurangkan penderitaan yang dialami kerana penyakit yang dihadapinya.

Oleh itu, pendermaan organ adalah hal yang tidak perlu disangkal lagi, ia tidak ditentang agama sebaliknya dialu-alukan selagi tidak mendatangkan mudarat. Bagi ahli keluarga pula, jangan melarang tindakan saudara-mara atau adik-beradik jika mereka mahu menjadi penderma organ.

Jadi, bagaimana untuk memupuk kesedaran dalam diri masyarakat kita terhadap perkara ini? Tentu saja kempen berkaitan perlu dibuat berterusan. Ia tidak boleh dibuat bermusim sahaja. Sebaliknya seperti amalan bersedekah wang ringgit yang sudah menjadi rutin sebahagian masyarakat, derma organ juga perlu dilihat antara ruang pahala yang besar. Malah, selagi organ itu berfungsi kepada penerima, selagi itu pahala kita mengalir.

Islam mensyaratkan pendermaan organ dilakukan secara ikhlas dengan niat membantu orang lain semata-mata kerana Allah SWT

Pembaca yang ingin berkongsi pandangan dan membuat aduan boleh e-mel ke [bhforum@bh.com.my](mailto:bhforum@bh.com.my)

AKHBAR : HARIAN METRO  
MUKA SURAT : 11  
RUANGAN : LOKAL

lokal

Oleh Yusri Abdul Malek  
am@hmetro.com.my

Kuala Lumpur

**P**erdebatan mengenai pilihan penggunaan produk nikotin dan kesannya dalam tempoh 10 tahun lalu dan masa depan serta kemudaran peraturan mengenai produk bebas asap menguasai persidangan Forum Global Mengenai Narkotin (GFN) bertema Pengurangan Mudarat Tembakau- Dekad Akan Datang di Warsaw, Poland, baru-baru ini.

Forum dihadiri pakar dalam pelbagai bidang termasuk perubatan, kesihatan awam, perundangan, alam sekitar komuniti perniagaan, ekonomi dan badan bukan kerajaan (NGO) menyatakan pandangan dan hujah masing-masing mengenai *vape* dan hak pilihan pengguna dalam usaha menghasilkan produk bebas asap rokok pada 2025.

Kini, sudah ada di sesetengah negara di dunia yang menggubal undang-undang menentang produk bebas asap rokok seperti di Malaysia melalui Rang Undang-Undang (RUU) Kawalan Produk Merokok Demi Kesihatan Awam 2023 atau lebih dikenali sebagai RUU Generasi Penamat (GEG) dan dijangka dilaksanakan tahun depan selepas diperdebatkan di parlimen sebelum diluluskan.

Dengan itu, mereka yang lahir selepas 2007 tidak langsung boleh terabit dalam sebarang aktiviti ber-



AKTIVITI merokok dan *vaping* yang pada awalnya dianggap budaya sudah menjadi pandemik dan menimbulkan kebimbangan memudaratkan kesihatan dalam kalangan masyarakat.

## PENGURANGAN MUDARAT KE ARAH BEBAS ASAP ROKOK 2025

kaitan produk berasaskan tembakau ini dan boleh dikenakan hukuman denda jika ditahan memilikinya.

Pakar kesihatan berpendapat aktiviti

merokok dan *vaping* ini yang pada awalnya dianggap budaya sudah menjadi 'pandemik' dan menimbulkan kebimbangan memudaratkan kesihatan dalam kalangan masyarakat terutama apabila ada dalam golongan pelajar sekolah sudah mula berjinak-jinak dengan *vape*.

Peraturan baru ini secara tidak langsung mengehadkan hak golongan ini untuk memilih sama ada merokok atau menggunakan *vape* dan dianggap mencabuli hak asasi manusia.

Di persidangan GPN ini, pakar berhujah bahawa kekangan undang-undang menyebabkan

pilihan untuk mereka yang bakal atau sedang merokok semakin kurang.

Bagi yang belum merokok, jangan mulakan, sudah merokok tolong berhenti, bagi perokok tegar, cuba bertukar kepada produk bebas asap yang kurang risiko kardiovaskular.

Dianggarkan, lebih satu bilion perokok di seluruh dunia dan ia adalah satu pasaran yang luas untuk ekonomi 'dosa' yang berkaitan produk tembakau.

Dalam memastikan bumi bebas asap rokok, syarikat multinasional termasuk Philip Morris International (PMI) sudah membelanjakan berbilion-bilion untuk penyelidikan bagi menghasilkan produk bebas asap dan kurang risiko kesihatan berbanding rokok tradisional.

Produk dihasilkan menawarkan rangkaian peranti pemanas tembakau, direka untuk memanaskan batang tanpa 'membakarnya'. Oleh itu, ia tidak menghasilkan api, abu dan asap.

Di negara Asia, Filipina adalah negara pertama di Asia yang mempunyai peraturan khas yang mengawal rokok elektrik atau *vape*. Kerajaan Filipina meluluskan peraturan produk tembakau alternatif atau *Vaporized Nicotine and Non-Nicotine Products Regulation Act* (VNNP) yang terdapat dalam Akta Republik (RA) No 11900 sejak Julai 2022.

Peraturan itu secara amnya mengawal selia import, pembuatan, penjualan, pembungkusan, pengedaran, penggunaan dan komunikasi produk *vape* seperti e-rokok dan produk tembakau yang dipanaskan dan bukan dibakar.

Ia juga menetapkan sekatan ketat dengan denda atau penjara bagi mereka yang menjual kepada bawah umur.

Pemain industri *vape* Filipina mengalu-alukan peraturan itu kerana ia dilihat memberikan kesihatan dan peraturan yang jelas untuk mereka dalam industri itu.

Walaupun terdapat peraturan, cabaran negara dalam melindungi golongan bawah umur daripada menggunakan *vape* dan melindungi pengguna daripada produk tiruan masih sukar.

Presiden *Quit For Good*, sebuah NGO yang mempromosikan pengurangan kemudaran rokok, Dr Lorenzo Mata berkata, apa yang mendorong kongres untuk meluluskan undang-undang adalah kerana mereka mendengar suara rakyat.

"Kami ada lebih sejuta pengguna *vape* di Filipina dan menurut tinjauan terbaharu, 19.5 peratus rakyat Filipina adalah perokok. Nisbah ini adalah satu daripada lima orang Filipina.

"Saya telah menjadi doktor selama lebih 40 tahun dan saya tahu betapa sukarnya perokok apabila mereka tiada pilihan atau alternatif yang kurang berbahaya bagi menghentikan tabiat itu," katanya.

Ketua Jabatan Kewangan dan Perkhidmatan Perundangan Jabatan Tenaga Filipina, yang juga penggubal bersama Akta Nikotin dan Produk Bukan Nikotin (VNNP) 2022, Setiausaha Sharon Garin pula berkata, objektif pertama VNNP itu adalah untuk kanak-kanak di bawah umur agar tidak mengambil nikotin dan bukan produk nikotin, kedua pula untuk perokok sedia ada agar mengamalkan tabiat yang ku-

rang berbahaya.

"Jika *vape* mengeluarkan perisa, itu mungkin menjejaskan orang dewasa yang sudah menjadi perokok. Mereka mahukan lebih banyak pilihan apabila mereka memutuskan untuk beralih kepada produk yang kurang berbahaya," katanya.

Di Malaysia, hampir 60 peratus rokok dalam pasaran dikuasai rokok seludup dan negara mengalami kerugian lebih RM3 bilion dalam bentuk cukai setahun. Ramai kini beralih kepada *vape* bagi mengurangkan ketagihan selain produk rokok elektronik yang bukan membakar tetapi memanaskan tembakau.

Dalam forum itu, seorang pakar perubatan Australia, Dr Colin Mendelsohn berkata, kebimbangan mengenai penggunaan *vape* telah digunakan untuk terus meyakinkan tentangan terhadap pengurangan bahaya tembakau.

Bagi isu alam sekitar, pengarah Bay Pharma, David Burns berkata, *vape* pakai buang memang menyebabkan kesan alam sekitar tambahan pula jika berlaku kebakaran di tapak pelupusan seperti di Australia yang diakibatkan jentera berat digunakan untuk memadamkan tanah menghancurkan bateri litium yang tidak stabil hingga mencetuskan kebakaran.

Sementara itu, Naib Presiden Global Komunikasi PMI, Tommaso Di Giovanni berkata, penggunaan rokok elektronik yang menggunakan kaedah tembakau dipanaskan dan kurang risiko kepada kesihatan kini menjadi pilihan perokok di seluruh dunia terutama di Jepun dan Korea.

Katanya, pengenalan produk ini menyebabkan jumlah perokok tradisional menurun empat atau lima kali ganda daripada sebelum ia diperkenalkan.

"Penggunaannya paling berjaya di Jepun iaitu sebanyak 35 peratus dan Korea sebanyak 10 peratus. Jumlah itu semakin meningkat," katanya.

Beliau berkata, kaedah kerajaan menggunakan undang-undang menghalang penggunaan e-rokok tidak akan berjaya dan ia bukan jalan terbaik mengatasi masalah ketagihan tembakau.

"Di Malaysia ada lima juta perokok dan 30 peratus daripadanya menggunakan *vape*. Rokok seludup pula menguasai 60 peratus pasaran tempatan. Bagi mengatasi, perlu ada inovasi dalam penghasilan rokok elektronik agar ia lebih selamat dalam mengurangkan risiko kemudaran," katanya.



“Di Malaysia ada lima juta perokok dan 30 peratus daripadanya menggunakan *vape*”

Tommaso Di Giovanni

AKHBAR : HARIAN METRO  
MUKA SURAT : 13  
RUANGAN : LOKAL

## KEPUTUSAN KELUARKAN NIKOTIN DARIPADA SENARAI BAHAN TERKAWAL

### Dakwa langgar hak kanak-kanak, kesihatan awam

**Kuala Lumpur:** Tindakan tiga pertubuhan kesihatan memohon kebenaran prosiding semakan kehakiman terhadap keputusan Menteri Kesihatan mengeluarkan nikotin daripada senarai bahan terkawal di bawah Akta Racun 1952 bukan langkah antikerajaan atau bersifat politik.

Presiden Majlis Kawalan Tembakau Malaysia (MCTC), Dr Murallitharan Munisamy berkata, prosedur diambil pihaknya bersama Pertubuhan Green Lung Malaysia serta persatuan hak asasi kanak-kanak, *Voice Of The Children* (VoC) untuk mengkaji tindakan pelbagai cabang kerajaan dan menentukan sama ada tindakan berkenaan selaras dengan Perlembagaan.

Menurutnya, pihaknya



DR Murallitharan (kiri) pada sidang media di ibu kota, semalam.

mendapati keputusan itu melanggar hak kanak-kanak dan kesihatan awam sekali gus melanggar undang-undang sedia ada.

"Perlu difahami dengan jelas bahawa semakan kehakiman bertujuan untuk

mengkaji tindakan pelbagai cabang kerajaan (eksekutif, dalam kes ini dan khususnya Kementerian Kesihatan) dan menentukan sama ada tindakan tersebut selaras dengan perlembagaan.

"Jika tindakan yang dinilai tidak konsisten diisytiharkan tidak berperlembagaan dan oleh itu ia akan terbatal dan tidak sah. Ini adalah sebahagian daripada proses undang-undang demokrasi dan permintaan untuk menyemak semula keputusan yang dibuat dan bukannya mensasarkan individu atau kerajaan dengan sebarang motif politik," katanya.

Beliau berkata demikian pada sidang media yang turut disertai Setiausaha Agung MCTC Muhammad Sha'ani Abdullah, Timbalan Presiden MCTC Roslizawati Md Ali dan wakil VoC Sharmila Sekaran di sini, semalam.

Justeru Dr Murallitharan berkata, pihaknya berharap kerajaan melalui Kement-

rian Kesihatan dan Pejabat Peguam Negara (AGC) mempertimbangkan tidak bertanding dalam permohonan kebenaran untuk semakan berkenaan.

Menurutnya, itu akan memberi isyarat jelas kepada semua pihak bahawa Kementerian Kesihatan dan kerajaan terus komited terhadap perlindungan kesihatan rakyat Malaysia.

Dalam pada itu katanya, pihaknya juga menyokong Rang Undang-Undang (RUU) Kawalan Produk Tembakau dan Merokok 2022 dan jika ia dibentang serta diluluskan di Parlimen membolehkan kawalan dibuat ke atas nikotin, namun ia masih belum berlaku.

Menurutnya, justeru ia antara faktor yang menyebabkan pihaknya mengam-

bil inisiatif permohonan semakan kehakiman selepas semua input diberikan pihaknya mengenai perkara itu diabaikan.

"Apa yang saya tahu kita tiada (sidang) Parlimen sehingga Oktober ini dan kita juga tidak tahu pada Oktober nanti akan lulus atau tidak. Jadi ini membawa masalah kerana nikotin boleh menyebabkan ketagihan dalam masa masa 72 jam.

"Dalam menunggu 170 hari sementara menunggu Parlimen bersidang mungkin akan ada 5,000 hingga 10,000 kanak-kanak baru yang menjadi ketagih nikotin (penggunaan vape). Ketersediaan nikotin yang sah pada masa ini membolehkannya dibeli dan digunakan kanak-kanak dan orang muda," katanya.

AKHBAR : SINAR HARIAN  
MUKA SURAT : 1  
RUANGAN : MUKA HADAPAN



The image is a newspaper clipping from Sinar Harian, dated July 5, 2023, page 1, front page. The main headline is 'PELAJAR MAKIN TERDEDAH GEJALA MENTAL' (Students Increasingly Exposed to Mental Symptoms). A red circular callout states: 'Kajian dedah lebih 4,300 remaja cenderung ragut nyawa sendiri' (Study reveals more than 4,300 teenagers tend to take their own lives). A red banner with the word 'EKSKLUSIF' (Exclusive) is placed over the text. The article discusses the rising mental health issues among students, citing a study showing an increase in suicidal thoughts from 10% in 2017 to 13.1% in 2022. It lists factors like academic pressure, social media, family issues, and peer pressure. The article concludes by urging the Ministry of Health to take action, as mental health has become the second leading cause of death in Malaysia after heart disease. The page number 'MUKA 2 & 3' is visible in the bottom right corner.

# PELAJAR MAKIN TERDEDAH GEJALA MENTAL

Kajian dedah lebih 4,300 remaja cenderung ragut nyawa sendiri

**EKSKLUSIF**

- Masalah kesihatan mental dalam kalangan pelajar sekolah didapati semakin membimbangkan dengan bilangan remaja berusia 13 hingga 17 tahun yang mempunyai idea untuk membunuh diri meningkat kepada 13.1 peratus pada 2022 berbanding 10 peratus, lima tahun sebelumnya.
- Antara punca gangguan mental berkenaan termasuklah tekanan akademik, penggunaan media sosial yang tidak terkawal, masalah keluarga, desakan rakan sebaya dan harapan tinggi ibu bapa terhadap pencapaian pelajar dalam peperiksaan.
- Dapatan berdasarkan Tinjauan Kesihatan Remaja oleh Institut Kesihatan Umum Kementerian Kesihatan Malaysia itu harus menyedarkan semua pihak agar memberi perhatian serius terhadap masalah golongan remaja tersebut apatah lagi penyakit mental kini telah menjadi masalah kesihatan kedua utama di Malaysia selepas penyakit jantung.

**MUKA 2 & 3**

AKHBAR : SINAR HARIAN  
MUKA SURAT : 2  
RUANGAN : NASIONAL

# Pelajar tertekan masalah mental

Kecenderungan bunuh diri remaja kian membimbangkan

## CYBERJAYA

**M**asalah kesihatan mental dalam kalangan pelajar didapati semakin membimbangkan dengan bilangan pelajar yang mempunyai idea untuk membunuh diri didapati meningkat kepada 13.1 peratus pada 2022 membandingkan lebih 4,300 orang, berbanding 10 peratus pada lima tahun sebelumnya.

Ketua Pusat Kecemerlangan Kesihatan Mental Kebangsaan (NCEMH), Dr Nurashikin Ibrahim berkata, Tinjauan Kesihatan Remaja (AHS) oleh Institut Kesihatan Umum Kementerian Kesihatan Malaysia (KKM) ke atas 33,523 pelajar berusia 13 hingga 17 tahun pada tahun lalu turut mendedahkan peningkatan peratusan mereka yang mempunyai tingkah laku merancang untuk membunuh diri.

Berdasarkan dapatan AHS, seramai 10 peratus mereka merancang untuk membunuh diri pada 2022, berbanding 7.3 peratus (2017) dan 6.4 peratus (2012).

Bukan itu sahaja, kata-

nya, peratusan cubaan bunuh diri oleh golongan itu terus menunjukkan trend menaik dengan 9.5 peratus cuba membunuh diri pada tahun lalu berbanding 6.9 peratus pada 2017.

Masalah kemurungan dalam kalangan golongan tersebut juga meningkat daripada 17.7 peratus pada tahun 2012 kepada 18.3 peratus (2017) dan 26.9 peratus (2022).

"Selain itu, peratusan rasa sunyi dalam kalangan remaja juga naik hampir dua kali ganda kepada 16.2 peratus berbanding 9.3 peratus pada 2017," katanya kepada Sinar Harian.

Sebanyak 239 sekolah menengah dipilih secara rawak untuk menyertai kajian tersebut.

Menurut Dr Nurashikin, kajian tersebut memberi satu petunjuk kepada semua pihak bahawa perhatian serius perlu diberikan kepada isu kesihatan mental pelajar sekolah.

Menurutnya, penyakit mental kini berada di ranking kedua masalah kesihatan utama Malaysia selepas pesakit jantung dan ia ketara meningkat ketika negara bergelut dengan pandemik Covid-19.

"Semasa pandemik Covid-19, masalah ini begitu menonjol apabila ramai yang tidak boleh menyesuaikan diri dengan perubahan semasa yang akhirnya menjejaskan kesihatan mental mereka," katanya.



DR NURASHIKIN

Ujar Dr Nurashikin, antara simptom awal gejala tersebut ialah kemurungan, kebimbangan, sedih berpanjangan selain hilang minat terhadap aktiviti harian.

"Secara asasnya simptom masalah kesihatan mental remaja ini adalah sama seperti golongan dewasa," ujar nya.

Dr Nurashikin berkata, punca masalah itu adalah berkait rapat dengan faktor psikososial, sosioekonomi, budaya dan persekitaran. Kemiskinan selain harapan tinggi ibu bapa terhadap pencapaian akademik.

"Ibu bapa harus cakna dengan perubahan anak-anak bagi mengelakkan situasi lebih buruk," katanya.

Menurutnya, jika ada simptom tersebut, ibu bapa atau penjaga perlu membawa anak mereka mendapatkan perkhidmatan kesihatan mental.

"Bawalah anak untuk mendapatkan penilaian lanjut dan perkhidmatan kesihatan mental di fasiliti kesihatan terdekat kerana tanpa rawatan bersesuaian, remaja cenderung ke arah tingkah laku berisiko seperti penyalahgunaan substans (bahan terlarang), alkohol dan merokok," katanya.

Menurutnya, seramai 200 kaunselor ditempatkan di klinik kesihatan (KK) di seluruh negara selain saringan kesihatan mental boleh dilakukan menerusi aplikasi MySejahtera.

Tambahnya, perkhidmatan kesihatan mental turut disediakan di 60 buah hospital, 1,161 KK dan 34 buah Pusat Kesihatan Mental Masyarakat Mentari di seluruh negara.

## TINGKAH LAKU PELAJAR CENDERUNG RAGUT NYAWA SENDIRI

| Tingkah laku              | 2017  | 2022  |
|---------------------------|-------|-------|
| Ada idea untuk bunuh diri | 10%   | 13.1% |
| Merancang bunuh diri      | 7.3%  | 10%   |
| Percubaan bunuh diri      | 6.9%  | 9.5%  |
| Mengalami masalah murung  | 18.3% | 26.9% |
| Rasa sunyi                | 9.3%  | 16.2% |

Sumber: Tinjauan Kesihatan Remaja (AHS) oleh Institut Kesihatan Umum KKM 2017 & 2022

### Simptom awal

- Kemurungan, kebimbangan, sedih berpanjangan
- Mengasingkan diri dan bersendirian lebih kerap
- Sukar memberikan tumpuan terhadap pelajaran
- Hilang minat terhadap persekitaran manakala produktiviti menurun
- Perubahan tingkah laku seperti cepat marah, 'temper tantrum', putus harapan dan mencederakan diri

### Punca

- Masalah psikososial, sosioekonomi, budaya dan persekitaran, kemiskinan selain harapan tinggi ibu bapa terhadap pencapaian akademik

### Bantuan

- Hubungi talian Bantuan Krisis Kesihatan Mental KKM, Talian HEAL 15555 untuk mendapatkan perkhidmatan sokongan emosi dan bantuan awal psikologi dari 8 pagi hingga 12 tengah malam. Layan juga [www.moh.gov.my](http://www.moh.gov.my) dan <http://moh.gov.my/ncemh>.



## Rasa sunyi akibat tiada komunikasi dengan ibu bapa

**CYBERJAYA** - Dr Nurashikin Ibrahim juga Pakar Kesihatan Awam berkata, peningkatan peratusan rasa sunyi dalam kalangan remaja, yang merupakan salah satu simptom penyakit mental, bukanlah disebabkan golongan itu tidak mempunyai kawan tetapi mungkin akibat tiada atau kurang komunikasi bersama ibu bapa.

"Apabila berasa sunyi, mereka memilih gajet dan rata-rata apabila terlebih menggunakan gajet, kita akan kurang

berkomunikasi secara fizikal," katanya.

Tegas beliau, kemurungan sama ada di pelbagai peringkat usia perlu didiagnosis sebelum rawatan selanjutnya diberikan.

"Anda tidak boleh kata mengalami kemurungan, *anxiety* sehingga ia disahkan oleh pegawai perubatan bertauliah," ujar Dr Nurashikin.

Justeru tambahnya, Pusat Kecemerlangan Kesihatan Mental Kebangsaan (NCEMH) bertindak sebagai peneraju koordinasi kebangsaan dalam

aspek pencegahan dan advokasi, intervensi krisis, pembangunan modal insan dan perkongsian sumber kepakaran secara menyeluruh meliputi agensi awam, swasta dan badan bukan kerajaan (NGO).

Antaranya, meningkatkan libat urus bersama agensi termasuk Kementerian Pendidikan Malaysia (KPM) bagi membantu mengurus kesihatan mental dalam kalangan pelajar terbabit.

"Antara program yang dijalankan adalah Minda Sihat Sekolah, Ekspresi Remaja Lestari selain Program Siswa Sihat di

peringkat universiti. Kita juga ada perkhidmatan Klinik Mesra Remaja di klinik kesihatan kerajaan," katanya.

Menurutnya, NCEMH turut menjalankan kolaborasi dengan 52 NGO yang terlibat secara langsung dengan memperuntukkan dana.

"Kita juga melatih ketua-ketua komuniti untuk meningkatkan kemahiran dan pengetahuan mereka mengenai kesihatan mental sekali gus menggalakkan masyarakat mendapatkan bantuan," kata Dr Nurashikin.

AKHBAR : SINAR HARIAN  
MUKA SURAT : 3  
RUANGAN : NASIONAL

# Jangkaan tinggi cemerlang akademik punca stres

Penggunaan media sosial tidak terkawal turut sumbang kepada isu kesihatan mental remaja

SHAH ALAM



ROZANIZAM



MARIANI

Peningkatan isu kesihatan mental dalam kalangan pelajar dipengaruhi beberapa faktor antaranya tekanan akademik, penggunaan media sosial tidak terkawal, masalah keluarga dan tekanan rakan sebaya.

Pakar Psikiatri Kanak-kanak dan Remaja, Dr Rozanizam Zakaria berkata, ramai dalam kalangan mereka menghadapi persaingan akademik yang sengit, termasuk jangkaan yang tinggi daripada orang sekeliling sehingga membawa kepada tekanan prestasi dan beban pelajaran yang berlebihan.

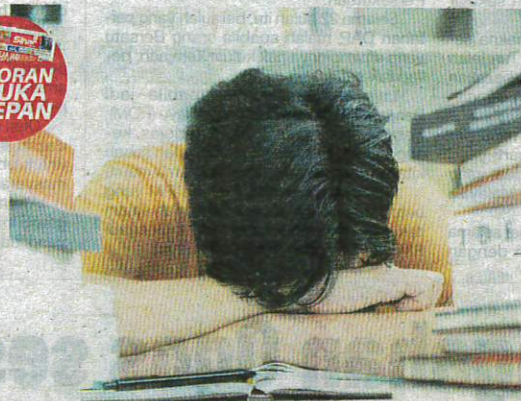
Ujar beliau, tekanan untuk cemerlang dalam akademik boleh menyumbang kepada stres, kebimbangan, dan kemurungan.

"Penggunaan media sosial dan teknologi yang berleluasa dalam kalangan remaja turut mengundang kesan positif dan negatif.

"Antara kesan negatif termasuk buli siber, perbandingan sosial dengan individu lain dalam media sosial dan perasaan serba tidak cukup," jelasnya kepada *Sinar Harian* pada Selasa.

Rozanizam juga menambah, persekitaran sosial sama ada dalam keluarga atau rakan sebaya mendorong kepada peningkatan masalah berkenaan dalam diri masing-masing.

Kata beliau, tidak terkecuali



Persaingan akademik yang sengit termasuk jangkaan yang tinggi daripada orang sekeliling boleh beri tekanan berlebihan kepada pelajar.

faktor perubahan fizikal dan hormon turut mempengaruhi kesihatan mental sedia ada dalam diri mereka.

"Selain itu dinamik sosio-ekonomi juga boleh mempengaruhi seperti isu jurang ketidaksetaraan sosial, diskriminasi dan kekurangan akses kepada perkhidmatan kesihatan mental, semuanya boleh menyumbang kepada peningkatan isu kesihatan mental dalam kalangan remaja," ulas beliau.

Sementara itu, pakar psikologi, Profesor Datin Dr Mariani Md Nor berkata, tidak dinafikan,

salah satu punca lain juga adalah terjebak dengan perkara yang tidak sewajarnya sewaktu tempoh pembelajaran seperti percintaan.

"Dalam usia sebegini, rasa ingin mencuba sememangnya bergejolak dalam kalangan jiwa para remaja. Namun, tanpa pemikiran yang matang, ia menjurus kepada natijah yang salah seperti keterlanjuran dan sebagainya.

"Perkara itu akhirnya membawa kepada masalah lain yang akhirnya membuatkan mereka ditimpa kemurungan," katanya.

## Ibu bapa bercerai antara punca tekanan remaja

SHAH ALAM - Pakar psikiatri mendedahkan kebanyakan remaja yang mempunyai keinginan untuk membunuh diri menerapkan tiga gejala psikologi iaitu merasakan diri tidak mempunyai harapan, bantuan dan nilai dalam kehidupan.

Menurut Ahli Komiti, Persatuan Psikiatri Malaysia, Dr Ahmad Rostam Md Zin, kebanyakan kes remaja yang mempunyai kemahuan untuk mengakhiri kehidupan dengan membunuh diri adalah remaja yang berada dalam krisis emosi.

"Sebelum ini, ada kes yang mana pihak sekolah merujuk seorang pelajar yang menunjukkan perilaku membimbangkan seperti murung, gelisah, takut dan tidak mahu bersosial.

"Apabila pemeriksaan dijalankan, terdapat banyak sebab mereka bertindak sedemikian antaranya masalah keluarga, diri



AHMAD ROSTAM

sendiri, personaliti, penyakit yang dihadapi dan pergaulan.

"Masalah yang dihadapi itu, dikumpul sedikit demi sedikit sehingga mereka berani melakukan perkara membahayakan diri kerana menurutnya tiada jalan keluar boleh dilakukan dan perkara terbaik pada ketika itu adalah membunuh diri," katanya ketika dihubungi *Sinar Harian* di sini pada Selasa.

Masalah kesihatan mental dalam kalangan pelajar didapati semakin membimbangkan dengan bilangan pelajar yang mempunyai idea membunuh diri meningkat kepada 13.1 peratus berbanding lima tahun sebelumnya iaitu 10 peratus.

Mengulas lanjut, Ahmad Rostam menjelaskan punca peningkatan angka tersebut mungkin disebabkan oleh tiga faktor iaitu perkembangan media sosial, wabak Covid-19 dan masalah kekeluargaan.

Katanya, kini kebolehpayaan remaja untuk mendapatkan kandungan media sosial begitu mudah dan ramai pengguna begitu terbuka berkongsi tragedi negatif.

Menurut beliau, apabila kandungan tersebut dicapai oleh remaja yang mengalami krisis emosi, tidak mustahil mereka akan bertambah tertekan.

"Mereka ini masing-masing mempunyai masalah dan sedang mencari jalan keluar, namun disebabkan perkongsian itu, ia boleh mendorong kepada tingkah laku meniru yang mana boleh berakhir dengan tragedi (bunuh diri).

"Kalau diteliti semula pandemik Covid-19 telah mengubah cara kehidupan remaja kerana pada ketika itu, corak pembelajaran berubah secara dalam talian yang menyebabkan mereka terganggu," ujarinya.

Tambah Ahmad Rostam, masalah institusi kekeluargaan seperti penceraihan ibu bapa merupakan antara penyumbang kepada tekanan remaja sehingga mahu membunuh diri.

AKHBAR : UTUSAN MALAYSIA  
MUKA SURAT : 1  
RUANGAN : MUKA HADAPAN

Penubuhan dibincang peringkat kementerian, proses teliti model terbaik

# Suruhanjaya Perkhidmatan Kesihatan tetap ditubuh

Oleh MOHD. FADHLI  
MOHD. SULAIMAN  
fadhli.sulaiman@mediamulla.com.my

**PETALING JAYA:** Kerajaan tetap akan menubuhkan Suruhanjaya Perkhidmatan Kesihatan yang menuntut banyak pihak walaupun perkara tersebut tidak dinyatakan secara jelas dalam Kertas Putih

Kesihatan yang diluluskan pada sidang Parlimen baru-baru ini.

Bercakap kepada *Utusan Malaysia*, Menteri Kesihatan, Dr. Zaliha Mustafa berkata, kementerian menyasarkan Suruhanjaya Perkhidmatan Kesihatan boleh ditubuhkan dalam tempoh 15 tahun akan datang.

Menurut beliau, bagi mere-

alisasikan penubuhannya, Kementerian Kesihatan dalam proses meneliti model terbaik berdasarkan negara-negara lain untuk disesuaikan dengan situasi di Malaysia termasuk melihat dari sudut perundangan atau pentadbiran.

"Kertas Putih tersebut sebenarnya kertas konsep dan

sepanjang tempoh 15 tahun itu, kerajaan akan mencari elemen ke arah menubuhkannya. Perkara tersebut sudah dibincang di peringkat kementerian.

"Kementerian perlu kaji banyak model untuk bentuk suruhanjaya dan jika ada yang sesuai, kita ikut. Sebab itu semasa pembentangan saya di Dewan Rakyat

sebelum ini saya sebutkan 'badan pemantau' dan badan tersebut sebenarnya akan memantau perjalanan untuk merealisasikan penubuhan Suruhanjaya Perkhidmatan Kesihatan dalam tempoh 15 tahun," kata beliau ketika dihubungi baru-baru ini.

**Bersambung di muka 2**

AKHBAR : UTUSAN MALAYSIA

MUKA SURAT : 2

RUANGAN : DALAM NEGERI

## Suruhanjaya Perkhidmatan Kesihatan tetap ditubuh

Dari muka 1

Antara yang turut menggesa penubuhan suruhanjaya kumpulan Hartal Doktor Kontrak, Persatuan Perubatan Malaysia (MMA) dan bekas Timbalan Menteri Kesihatan yang juga pakar kardiotorasik, Dr. Lee Boon Chye.

Kata Dr. Zaliha, bagi mencapai penubuhan suruhanjaya, kementerian sudah berbincang dan mendapatkan pandangan pakar-pakar perubatan dan pemegang taruh untuk menentukan model terbaik bagi mereformasi sistem kesihatan negara secara keseluruhan.

Sementara itu, Boon Chye berkata, penubuhan Suruhanjaya Perkhidmatan Kesihatan adalah hala tuju baik kerajaan kerana entiti itu unik dan berbeza dengan perkhidmatan kerajaan lain dari segi sumber manusia dan kepakaran.

Sebagai contoh, menurut beliau, sekiranya pelantikan kakitangan Kementerian Kesihatan terus diselia Suruhanjaya Perkhidmatan Awam (SPA) dan Jabatan Perkhidmatan Awam (JPA), ia akan membuatkan isu seperti emolument bagi kakitangan kementerian lebih terhad.

"Kalau ikut SPA dan JPA sahaja susah, sebab ada birokrasi. Kalau mahu gaji doktor naik, maka gaji jurutera, peguam dan lain-lain juga perlu naik. Jadi, terpulang kepada kerajaan model apa yang dicadang dalam suruhanjaya yang sedang dibangunkan dari segi penguatkuasaan



**Kementerian juga sudah berbincang dan mendapatkan pandangan pakar-pakar perubatan dan pemegang taruh untuk menentukan model yang terbaik bagi mereformasi sistem kesihatan negara."**

**ZALIHA MUSTAFA**

dan pentadbirannya.

"Perlu diingat, penubuhan suruhanjaya bukan mudah, ia memerlukan pindaan Perlembagaan Persekutuan, dibawa ke Parlimen dan memerlukan sokongan dua pertiga ahli Dewan Rakyat baru boleh diluluskan," katanya.

Dalam pada itu, Presiden Persatuan Pakar Perubatan Kesihatan Awam Malaysia, Datuk Dr. Zainal Ariffin Omar pula meragui rancangan menubuhkan suruhanjaya lebih-lebih lagi apabila perkara itu tiada dalam Kertas Putih Kesihatan.

Malah beliau menyifatkan sasaran penubuhan suruhanjaya dalam tempoh 15 tahun sebagai 'janji politik' kerajaan perpaduan.

"Tempoh 15 tahun terlalu

panjang, bolehkah kerajaan perpaduan bertahan selama itu, manakala Menteri Kesihatan juga berisiko bertukar-tukar dasar.

"Kalau mahu buat 15 tahun, ini hanya janji politik. Tiga tahun pun sudah cukup lama. Saya sudah hampir 40 tahun dalam bidang perubatan, banyak situasi saya saksikan. Kalau benar mahu tubuhkan, sudah pasti tertulis dalam dokumen rasmi," katanya.

Selain itu, Dr. Zainal berkata, penubuhan suruhanjaya bukan mudah kerana melibatkan perbelanjaan besar dan memerlukan pindaan Perlembagaan Persekutuan selain latihan profesional yang memakan masa.

"Bagaimanapun, jika kerajaan sanggup menubuhkannya, saya sokong kerana ini melibatkan reformasi kesihatan negara, terutama dari segi sumber manusia iaitu doktor kontrak dan pakar perubatan," katanya.

Pada 15 Jun lalu, Dewan Rakyat meluluskan usul Kertas Putih Kesihatan selepas mendapat sokongan majoriti ahli parlimen menerusi undian suara pada hari terakhir Mesyuarat Kedua Penggal Kedua, Parlimen Ke-15.

Penubuhannya antaranya bagi menangani masalah dihadapi doktor-doktor perubatan berstatus kontrak di dalam Kementerian Kesihatan, membantu perkembangan kerjaya mereka dalam bidang perubatan seterusnya menjadi pakar perubatan, menumpukan kebajikan doktor serta menangani isu kekurangan doktor-doktor pakar.

AKHBAR : UTUSAN MALAYSIA  
MUKA SURAT : 30  
RUANGAN : DALAM NEGERI

443 kes setakat 1 Julai, peningkatan tertinggi di Malaysia

## Denggi di Perlis naik 2,668.7 peratus

Oleh MOHD. HAFIZ ABD. MUTALIB  
hafiz.mutalib@mediamula.com.my

**KANGAR:** Kes denggi di Perlis membimbangkan apabila sebanyak 443 kes dilaporkan dalam tempoh enam bulan pertama tahun ini berbanding hanya 16 kes dalam tempoh sama tahun lalu, sekali gus menyaksikan peningkatan sehingga 2,668.7 peratus.

Peningkatan tersebut adalah yang tertinggi direkodkan di negara ini dengan satu kematian akibat komplikasi denggi dilaporkan di negeri ini.

Setakat 24 Jun lalu, sebanyak 181 kes atau 45.8 peratus dimasukkan ke hospital yang mana sebanyak 22 kes memerlukan rawatan lanjut di unit rawatan rapi (ICU) Hospital Tuanku Fauziah (HTF).

Berikutan itu, pelbagai aktiviti kawalan dan pencegahan

dilaksanakan oleh Jabatan Kesihatan negeri bagi memutuskan rantaian jangkitan seperti penghapusan tempat pembiakan, aktiviti larvaciding, semburan kabus, pendidikan kesihatan dan pemeriksaan premis.

Bercakap kepada *Utusan Malaysia*, Pengarah Kesihatan negeri, Dr. Ismuni Bohari berkata, setakat 24 Jun lalu, sebanyak 44,694 premis diperiksa dan 117 kompaun di bawah Akta Pemusnahan Serangga Pembawa Penyakit (APSP) 1975 [Akta 154] dengan nilai kompaun sebanyak RM58,500.00 dikeluarkan kepada pemilik premis yang didapati positif pembiakan nyamuk Aedes.

Katanya, usaha membanteras kes demam denggi memerlukan kerjasama semua pihak termasuk pihak berkuasa tempatan (PBT), pemimpin setempat,

agensi kerajaan, agensi swasta, badan bukan kerajaan (NGO) dan semua lapisan komuniti.

Ujarnya, Jabatan Kesihatan negeri juga menyeru supaya semua sektor yang terlibat memainkan peranan dalam memastikan persekitaran premis, kawasan kediaman dan tempat kerja bersih serta bebas tempat pembiakan nyamuk.

"Antara tindakan segera yang perlu diambil adalah seperti melaksanakan aktiviti cari dan musnah selama 10 minit setiap minggu bagi memastikan tiada bekas takungan air berpotensi menjadi tempat pembiakan nyamuk Aedes.

"Selain itu, memasukkan bahan pembunuh jentik-jentik dalam bekas takungan air atau bekas simpanan air kekal. Antara lain, menggunakan semburan aerosol bagi membunuh nyamuk dewasa," ujarnya.



**PETUGAS** kesihatan melakukan semburan bagi mencegah denggi yang direkodkan sebanyak 443 kes di Perlis sehingga 1 Julai lalu.

AKHBAR : NEW STRAITS TIMES

MUKA SURAT : 2

RUANGAN : NEWS / NATION

## Smoke and mirrors

Govt mustn't send the wrong signal

**I**LLNESS or death due to smoking is a public health burden in many countries, including Malaysia. Take the world. Every year, smoking kills more than nine million people. Fewer than that number die in some wars. Of this, 20,000 are said to be Malaysians. And the number of smokers in the country is growing. A 2019 report published by a local daily puts it at 4.9 million. So what would you want the government to choose, health or wealth? Given the statistics, one would have thought the choice was obvious: health. Not so to our Health Ministry, which in April dropped "nicotine" from the Poisons List of the eponymous Act, making vape the new tobacco, particularly for children. For reasons known only to itself, the ministry felt it unnecessary to consult stakeholders. Expectedly, several groups concerned about public health are suing the health minister and government for putting people in harm's way. Those who care about public health are hoping that nicotine will be back in the

**Inept enforcement is no argument for making what is illegal legal.**

Poisons Act 1952 after the judicial review of the minister's decision. They also want the Control of Smoking Product for Public Health Bill 2023 to be passed with the generational endgame (GEG) element included.

Tax dollars seem to be behind the abrupt disappearance of nicotine from the Poisons Act 1952

and the delay in passing the smoking product bill. Twisted logic is used to justify the moves. Start with the argument of the nabobs of nicotine. Nicotine-enriched vape has been on sale for years — never mind if it was illegal — so, why not make it legal and earn some money for the government coffers? Here is our retort. Inept enforcement is no argument for making what is illegal legal. What's more, nicotine tax hasn't been priced for the harm it causes.

Now for the lack of enthusiasm in the bill as previously drafted. One reason advanced by members of parliament (MPs) is that the bill was harsh. Is stopping people from harming themselves harsh? Numbers may help numb the nabobs of nicotine. According to Tobacco Induced Diseases, an online journal devoted to tobacco research, in an article published in May last year puts it thus: "Smoking-related diseases have been identified as a significant contributor to disability-adjusted life years and years of life lost among the Malaysian population". Not a surprise when one-fifth of Malaysians have been identified as smokers. How much did Malaysia spend in 2020 on treating lung cancer, heart disease and chronic obstructive pulmonary disease, the three major smoking-related illnesses? RM6.5 billion. How much did the country earn from tobacco sales that year? RM3 billion. Both figures were provided by then health minister Khairy Jamaluddin. Little wonder he was gung-ho about the tobacco generational endgame bill. If adults are the main reason for the RM6.5 billion bill, teenagers are fast catching up. In 2017, there were 211,084 e-cigarette and vape users aged between 13 and 17, in the calculations of a local daily. This grew to 307,109 last year. Be shocked if one isn't pushing for the GEG. Be shocked even more if MPs start pushing for the freedom of people to choose to smoke. But they must remember that non-smokers, who make up four-fifths of Malaysians, have a right to choose, too.

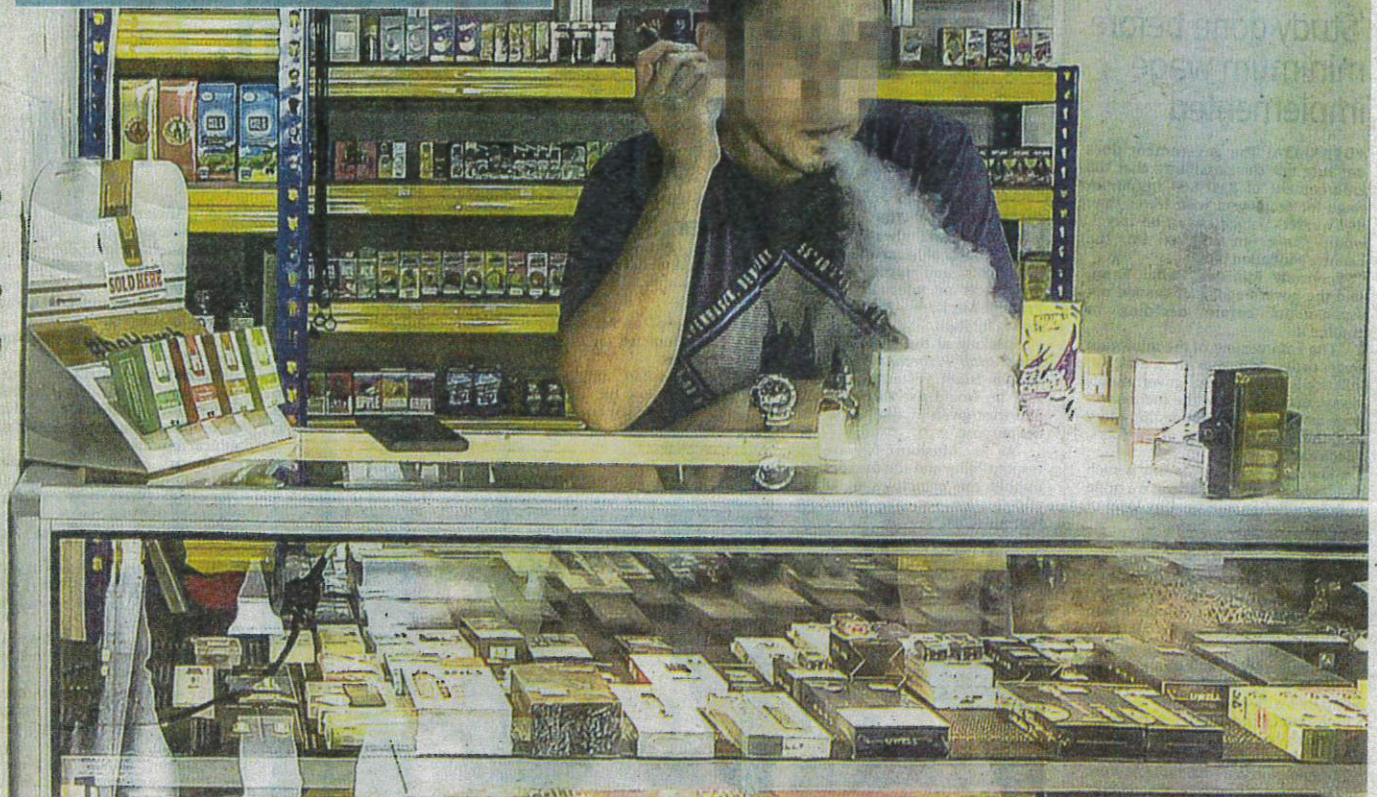
AKHBAR : THE SUN  
MUKA SURAT : 1  
RUANGAN : MUKA HADAPAN

Studies have shown that children can become addicted to nicotine in vape liquids even after the first puff.  
— ADIB RAWI YAHYA/THE SUN

ON WEDNESDAY

JULY 5, 2023

No. 8302 PP 2644/12/2012 (031195) www.thesundaily.my



# Nicotine wrangle

BY RAJVINDER SINGH  
newsdesk@thesundaily.com

**K**UALA LUMPUR: The exclusion of nicotine from the Poisons Act 1952, which allows it to be used in vapes and e-cigarettes, will create a generation of youngsters addicted to the stimulant.

Malaysian Council of Tobacco Control (MCTC) deputy president Roslizawati Md Ali said nicotine is highly addictive, and studies have shown that some children can get addicted even after the first puff, while it could take several puffs for others.

She added that overall, individuals can get addicted within 72 hours of limited, intermittent use.

"Our priority is to protect children from the effects and long-term health problems associated with nicotine use," she said, adding that it is estimated there are about 600,000 children aged 11 to 18 who are vaping or using e-cigarettes.

"A two-year-old girl suffered acute nicotine poisoning and a 16-year-old girl with a three-year vaping history died. The child suffered neurological problems with impaired motor and speech functions.

"It is still unknown if this is going to be a short-term or long-term issue," Roslizawati said during a press conference on the judicial review of removing nicotine from the Poisons Act.

She said it is the public and the government who will bear the cost of looking after such

addicts as the health impact on them will be long term.

➤ Tobacco control council says it aims to protect children from long-term health problems linked to stimulant addiction

Roslizawati said young children of today are the leaders of tomorrow, and questioned what is going to happen to the country if there is a generation of children who are addicted to nicotine.

The National Poison Centre said 77 cases of nicotine exposure to e-cigarettes or vape had been reported by 2015, while as of June this year, seven cases were reported, including five involving children.

The Centres for Disease Control and Prevention said nicotine can harm an adolescent's brain, which keeps developing until about the age of 25. Using nicotine in adolescence can harm the parts of the brain that control attention, learning, mood and impulse.

It said each time a new memory is created or a new skill is learned, stronger connections – or synapses – are built between brain cells.

Young people's brains build synapses faster than adult brains. Nicotine changes the way synapses are formed. Using nicotine in adolescence may also increase the risk of future

addiction to other drugs.

Roslizawati said one of the most worrying factors is that vapes and e-cigarettes containing nicotine can be sold to children after the Health Ministry published a gazette notice on April 1 stating that nicotine liquids and gels used in e-cigarettes and vape products had been granted exemption from poison controls.

She said people have been asking for statistics about the danger of vaping and e-cigarettes after the devices began to be sold here in 2015, adding that the dangers of nicotine were already well documented.

Roslizawati also said such devices were being sold near schools and anyone can buy them, while pointing out that nicotine is known to be more addictive than opium, which is illegal in Malaysia.

MCTC secretary-general Muhammad Sha'ani Abdullah said vaping industry players have been promoting findings of a study by Public Health England that e-cigarettes are 95% safer than conventional cigarettes, adding that it



was only part of the story, as they excluded the rest of the statement.

He said the full statement after the 95% part was: "...and when supported by smoking cessation service, help most smokers to quit tobacco altogether."

Turn to  
page 3