

AKHBAR : BERITA HARIAN
MUKA SURAT : 8
RUANGAN : NASIONAL

Majoriti netizen tak setuju cadangan CAP

Kuala Lumpur: Cadangan pemansuhan lesen operasi 24 jam yang diberikan kepada kedai makan berikut dikhuatiri mengundang kesan negatif, menerima pelbagai reaksi daripada netizen.

Pada ruangan komen berita yang disiarkan *BH* menerusi Facebook dan Instagram, rata-rata netizen kelihatan kurang bersejua dengan cadangan disuarakan Persatuan Pengguna Pulau Pinang (CAP) itu, namun ada juga yang menyokong.

Ramai netizen menegaskan operasi kedai makan bukan punca utama masalah kesihatan yang dihadapi penduduk negara, sebaliknya ia berpunca daripada diri setiap individu dan bukannya premis yang menjual makanan.

Jamal Rafaei Jakiran berkata, "Masalah obesiti bukan kedai mamak sebagai faktor utamanya, masalah obesiti adalah berpunca daripada individu itu sendiri, pilihan individu itu sendiri nak makan dekat mana, nak makan apa, nak makan banyak mana," katanya.

Baharin Azmy pula meminta masyarakat menjaga kesihatan sendiri sebelum meletakkan kesalahan di bahu pihak lain.

"Selain penguatkuasaan kerajaan, kita semua ni pun kena jaga juga kesihatan sendiri. Belajar ilmu berkenaan makanan sedikit sebanyak untuk kesihatan yang lebih baik," katanya.

Mohd Husni pula membangkitkan hak pihak yang bekerja syif malam yang memerlukan operasi kedai makan 24 jam, selain mencadangkan cara terbaik adalah untuk mendidik dari segi cara pemakanan yang sihat.

Pandangan sama turut disokong pengguna media sosial feqajoe, "Janganlah, lain manusia lain keperluan dia. Ada yang baru balik kerja pukul 12 malam, nak cari makan apa semua. Tak perlu tutup, tapi mungkin boleh ada kawal selia kepatuhan undang-undang."

Sementara itu, tinjauan di laman sosial *BH* turut mendapati ramai warga maya setuju cadangan itu diperhalusi kerana ia boleh menghapuskan budaya lepak yang sia-sia.

"Setuju rakyat Malaysia makin banyak obesiti, kalau 24 jam kedai makan beroperasi tak ada jaminan makanan disediakan bersih dan berkualiti," kata Ibnu Aman.

"Setuju sangat. Ada masa lebih lama untuk duduk di rumah. Yang selalu lepak kedai mamak tu boleh tukar angin lepak kat rumah dengan keluarga," kata Azahan Hashim.

'Mansuh lesen restoran 24 jam akan jejas ekonomi'

Ahli Parlimen Kepong anggap KKM tak perlu perhalusi syor disuarakan CAP

Oleh Wartawan *BH*
bhnews@bh.com.my

Kuala Lumpur: Ketika Kementerian Kesihatan (KKM) memaklumkan kesediaan untuk memperhalusi cadangan pemansuhan lesen operasi 24 jam kepada kedai makan, Ahli Parlimen Kepong, Lim Lip Eng pula menzahirkan pandangan berbeza.

Wakil rakyat daripada DAP itu berkata, tiada keperluan untuk KKM menilai cadangan disuarakan Persatuan Pengguna Pulau Pinang (CAP) itu, terutama mengambil kira status kedai makan 24 jam sebagai sebahagian besar ekonomi Malaysia.

"Kedai makan 24 jam memainkan peranan penting dalam ekonomi Malaysia dengan menyediakan peluang pekerjaan dan menjana pendapatan melalui jualan makanan dan pelancongan."

"Melarang mereka (beroperasi 24 jam) akan menyebabkan kehilangan pekerjaan dan penurunan dalam aktiviti ekonomi."

"Selain itu, kedai makan ini menawarkan kemudahan dan kebolehan kepada individu yang mempunyai jadal yang pelbagai, termasuk pekerja syif lewat, pengembara yang tiba pada waktu tidak konvensional dan mereka yang mempunyai gaya hidup bukan tradisional," katanya melalui kenyataan.



Cadangan untuk memansuhkan lesen 24 jam kedai makan akan menyebabkan berlaku pengurangan peluang pekerjaan. (Foto hiasan)

CAP gesa mansuhkan lesen operasi 24 jam kedai makan



Keratan akhbar *BH*, semalam.

Komen itu menyusul selepas Menteri Kesihatan, Datuk Seri Dr Dzulkefly Ahmad, memaklumkan KKM akan memperhalusi cadangan CAP bagi membantu mengurangkan masalah kesihatan dan obesiti di negara ini.

Tempat sosial penting

Beliau berkata, pihaknya perlu mengadakan sesi libat urus bersama semua pemegang taruh bagi memastikan isu tersebut dapat dikaji secara menyeluruh, dengan syor penyelesaian yang mempunyai hala tuju jelas.

Mengulas lanjut, Lip Eng turut

menegaskan kedai makan larut malam juga berfungsi sebagai tempat sosial penting di mana rakan dan ahli keluarga boleh berkumpul selepas bekerja atau pada hujung minggu untuk menikmati hidangan dan ikatan.

"Mengharamkan mereka boleh menghalang interaksi sosial dan aktiviti rekreasi, menjejaskan kesepaduan komuniti dan kesejahteraan mental secara negatif."

"Malaysia juga terkenal dengan kepelbagaian budaya makanannya dan kedai makan 24 jam menyumbang kepada reputasi ini dengan menawarkan pelbagai pilihan kuliner yang mencerminkan warisan gastronomi negara yang kaya."

"Melarang mereka akan menyekat pilihan makanan dan mengurangkan kedudukan Malaysia sebagai syurga makanan," katanya.

Terdahulu, Dzulkefly melalui reaksi isu sama berkata, dakwaan mengatakan operasi kedai makan 24 jam antara punca utama

obesiti di negara harus dibuktikan secara empirikal melalui kajian yang objektif dan menyeluruh.

"Cadangan penutupan itu tidak dapat menjamin pengguna akan mencari alternatif lain memandangkan ada dalam kalangan mereka mempunyai tahap literasi kesihatan yang rendah," katanya.

Dzulkefly mengulas cadangan Presiden CAP Mohideen Abdul Kader yang menggesa lesen operasi 24 jam diberikan kepada kedai makan dimansuhkan kerana kajian menunjukkan terdapat kesan negatif akibat tabiat makan lewat malam seperti berat badan bertambah, gangguan tidur dan masalah penghadaman.

Isnin lalu, Presiden CAP, ketika menyuarakan cadangan itu berkata, kajian menunjukkan terdapat kesan negatif akibat tabiat makan lewat malam seperti berat badan bertambah, gangguan tidur dan masalah penghadaman.

Lima juta berisiko hidap pradiabetes, diabetes

Putrajaya: Kira-kira lima juta individu dewasa di Malaysia berisiko menghidap pradiabetes dan diabetes, dengan kebanyakannya tidak sedar berdepan penyakit ini sekiranya tidak menjalani pemeriksaan.

Timbalan Menteri Kesihatan, Datuk Lukanisman Awang Sauni, berkata 76 peratus pesakit pradiabetes juga tidak pernah disaring dan mendapatkan rawatan, sekali gus akan berdepan diabetes dan menyumbang peratusan tinggi penyakit itu dalam negara.

Justeru, beliau menggesa orang ramai memanfaatkan pel-

bagai inisiatif serta program kesedaran digerakkan, termasuk menjalani saringan kesihatan percuma menerusi Skim Peduli Kesihatan untuk Kumpulan B40 (PeKa B40) yang disediakan Kementerian Kesihatan (KKM).

"KKM turut mengadakan Program Saringan Kesihatan Nasional melalui Pertubuhan Keselamatan Sosial (PERKESO) bagi memudahkan rakyat membuat pemeriksaan kesihatan."

"Selain itu, KKM turut mengadakan kempen 'Saring, Sahkan, Runding dan Ubah' yang diadakan secara kerjasama dengan ba-

dan bukan kerajaan (NGO) bagi mendidik dan menggalakkan orang ramai membuat pemeriksaan kesihatan," katanya pada Majlis Perasmian Program Memerangi Pradiabetes di sini semalam.

Pradiabetes adalah satu keadaan di mana gula dalam darah seseorang melebihi tahap normal, tetapi tidak cukup tinggi dilabelkan sebagai diabetes dan ia peringkat awal bagi pesakit yang membolehkan mereka mendapat penyakit diabetes.

Dalam pada itu, Lukanisman berkata, kerajaan membelanja-

kan RM4 bilion bagi rawatan diabetes yang merangkumi hampir 50 peratus jumlah perbelanjaan pengurusan tahunan KKM.

"KKM akan terus berusaha untuk mengurangkan penyakit ini dengan mengadakan saringan dan khidmat nasihat bagi mengubah gaya hidup rakyat."

"Pada tahun ini, KKM juga akan memberi fokus untuk mengadakan pelbagai aktiviti gaya hidup seperti menganjurkan Bulan Malaysia Sihat pada September ini termasuk memperluaskannya ke semua kementerian," katanya.

AKHBAR : KOSMO
MUKA SURAT : 6
RUANGAN : NEGARA

Ramai yang tidak pernah jalani saringan awal tidak menyedari mendapat diabetes **5 juta berisiko hidap pradiabetes**

Oleh KAMARIAH KHALIDI

PUTRAJAYA – Kira-kira lima juta rakyat Malaysia berisiko menghidap pradiabetes dan diabetes disebabkan kebanyakan mereka tidak menyedarinya kerana tidak menjalani pemeriksaan dan saringan kesihatan awal.

Menurut Timbalan Menteri Kesihatan, Datuk Lukanisman Awang Sauni, apa yang sering berlaku adalah mereka tidak pernah mendapatkan rawatan sehinggalah dikesan menghidap penyakit berkenaan.

Katanya, kerajaan membelanjakan RM4 bilion bagi kos rawatan diabetes merangkumi hampir 50 peratus jumlah perbelanjaan pengurusan tahunan Kemente-

rian Kesihatan (KKM).

"Kita akan terus berusaha untuk mengurangkan penyakit ini dengan mengadakan saringan dan khidmat nasihat bagi mengubah gaya hidup rakyat.

"Pada tahun ini KKM juga akan memberi fokus untuk mengadakan pelbagai aktiviti gaya hidup seperti menganjurkan Bulan Malaysia Sihat pada September ini termasuk memperluaskannya kepada semua kementerian," katanya pada sidang akhbar selepas melancarkan program *Stand Against Prediabetes; Don't Sugarcoat It's (SAPd)* dengan tema 'Saring, Sahkan, Runding dan Ubah' di sini semalam.

Katanya, pradiabetes ini merupakan penyakit yang mungkin



LUKANISMAN

dapat dielakkan sekiranya kita mengambil langkah awal dan KKM mengiktiraf bahawa pradiabetes ini merupakan satu penyakit awal yang perlu kita cegah.

Justeru ujarnya, dengan adanya kempen-kempen yang dijalankan, saya berharap kita lebih memfokuskan kepada memberi kesedaran kepada masyarakat yang mungkin terdedah terhadap gaya hidup dengan pengambilan gula berlebihan.

Sementara itu, Pengerusi SAPd, Profesor Emeritus Dr. Chan Siew Pheng berkata, hasil tinjauan kesedaran pradiabetes ke atas lebih 5,000 orang awam yang dijalankan oleh pasukan SAPd pada 2023 mendapati, sebanyak 76 peratus responden

tidak pernah disaring dan tidak pasti sama ada mereka mempunyai pradiabetes.

Namun katanya, 40 peratus daripada kumpulan itu mempunyai faktor risiko pradiabetes yang lazim ditemukan, iaitu berat badan berlebihan, sejarah keluarga penghidap diabetes dan gaya hidup yang tidak aktif secara fizikal.

"Dengan pengetahuan dan sokongan yang betul, individu boleh mengambil tanggungjawab ke atas kesihatan mereka dan mengurangkan risiko menghidap diabetes jenis 2. Perubahan yang kecil dalam gaya hidup boleh membawa kepada peningkatan yang ketara dalam kesihatan," katanya.

AKHBAR : KOSMO
MUKA SURAT : 14
RUANGAN : NEGARA



DZULKEFLY AHMAD

KKM kaji cadangan tutup kedai makan 24 jam

PUTRAJAYA - Kementerian Kesihatan (KKM) akan memperhalusi cadangan Persatuan Pengguna Pulau Pinang (CAP) yang menggesa penutupan kedai makan berkonsepkan 24 jam.

Menteri Kesihatan, Datuk Seri Dr. Dzulkefly Ahmad berkata, pihaknya perlu mengadakan sesi libat urus bersama semua pemegang taruh supaya isu itu dapat dikaji secara menyeluruh.

Bagaimanapun katanya, cadangan berkenaan tidak menja-

min pengguna untuk tidak akan mencari alternatif lain.

"Terdapat kumpulan tertentu yang bergantung kepada perkhidmatan kedai makan 24 jam seperti petugas barisan hadapan iaitu polis, bomba, doktor, jururawat, petugas keselamatan dan lain-lain.

"Menghentikan perkhidmatan secara pukal akan menyebabkan kesukaran kepada mereka," katanya ketika ditemui pemberita pada majlis Sulaman Kasih Aidil-

fitri Kementerian Perpaduan Negara, di sini semalam.

Menurutnya, perkara berkenaan juga harus mengambil kira keseluruhan sumber makanan yang mudah diperoleh di negara ini seperti mi segera dan makanan berkelah yang kurang sihat.

"Setiap individu bertanggungjawab ke atas tabiat pemakanan dan gaya hidup mereka. Sebarang perubahan tingkah laku berhubung pemakanan memerlukan tahap kesedaran dan literasi

kesihatan yang tinggi.

"Satu daripada tiga individu mempunyai tahap literasi kesihatan yang rendah," ujarnya.

CAP semalam menggesa lesen operasi 24 jam yang diberikan kepada kedai makan dimansuhkan.

Presidennya, Mohideen Abdul Kader dilaporkan berkata, kajian menunjukkan terdapat kesan negatif akibat tabiat makan lewat malam seperti berat badan bertambah, gangguan tidur dan masalah penghadaman.

AKHBAR : SINAR HARIAN
MUKA SURAT : 13
RUANGAN : NASIONAL

KKM akan adakan sesi
libat urus kaji syor
secara menyeluruh

Oleh **TUAN BUQHAIRAH TUAN MUHAMAD ADNAN PUTRAJAYA**

Penutupan kedai makan 24 jam seperti cadangan Persatuan Pengguna Pulau Pinang (CAP) tidak menjamin pengguna tidak akan mencari alternatif lain.

Sebaliknya kata Menteri Kesihatan, Datuk Seri Dr Dzulkefly Ahmad, ia harus mengambil kira keseluruhan sumber makanan yang mudah didapati di Malaysia seperti mi segera dan makanan berkelah.

"Setiap individu bertanggungjawab ke atas tabiat pemakanan dan gaya hidup mereka," katanya ketika ditemui pemberita pada Majlis Sulaman Kasih Aidilfitri Kementerian Perpaduan Negara di sini pada Rabu.

Ujarnya, sebarang perubahan tingkah laku individu memerlukan tahap kesedaran dan literasi kesihatan yang tinggi.

"Satu daripada tiga individu mempunyai tahap literasi kesihatan yang rendah," jelasnya.



DR DZULKEFLY

Cadangan tutup kedai makan 24 jam diperhalusi

Bagaimanapun Dr Dzulkefly berkata, pihaknya akan memperhalusi cadangan CAP dengan mengadakan sesi libat urus bersama semua pemegang taruh bagi memastikan isu dapat dikaji secara menyeluruh, dengan syor penyelesaian yang mempunyai hala tuju yang jelas.

"Kertas cadangan akan disediakan untuk penelitian dan tindakan oleh kementerian dan kerajaan," ujarnya.

Tambahnya, terdapat kumpulan tertentu yang bergantung kepada perkhidmatan kedai makan 24 jam seperti petugas barisan hadapan iaitu polis, bomba, doktor, jururawat, petugas keselamatan dan lain-lain.

"Menghentikan perkhidmatan secara pukal akan menyebabkan kesukaran kepada mereka," katanya.

Pada Selasa, Presiden CAP, Mohideen Abdul Kader menggesa lesen operasi 24 jam yang diberikan kepada kedai makan



CAP menggesa lesen operasi 24 jam kedai makan dimansuhkan. - Gambar hiasan

dimansuhkan.

Mohideen berkata, pihaknya sekian lama menyeru larangan kedai makan beroperasi 24 jam dengan alasan akses terhad kepada makan lewat malam akan menjadikan rakyat Malaysia lebih sihat.

Katanya, penyelidikan menunjukkan individu yang makan lewat malam melebihi 40 peratus daripada keperluan te-

naga harian mereka, menimbulkan faktor risiko ketara bagi obesiti.

Bagaimanapun, cadangan itu ditolak Persatuan Pengusaha Restoran Muslim Malaysia (Presma) dengan menyifatkan gesaan itu hanya sesuai dijalankan mengikut keperluan, lokasi serta gaya hidup masyarakat bagi memenuhi keperluan semua pihak.

REAKSI

“

Memang sangat bagus kalau restoran 24 jam dihentikan operasi. Kurangkanlah makan pada waktu malam dan lebihkan bersenam dan tidur. Tapi kena ingat juga, ada yang bekerja waktu malam dan mungkin perlukan makanan pada waktu itu. Jadi, pihak berkuasa perlu fikirkan cara terbaik uruskan perkara ini tanpa mengganggu kebebasan orang lain.

- Pekerja Swasta, Razin Aiman, 26 tahun

“

Saya setuju kerana disebabkan kedai makan buka 24 jam, seseorang individu tidak mengikut masa yang ditetapkan untuk makan. Waktu makan yang baik dan seimbang ialah jam 7 hingga 9 malam, tetapi individu tersebut makan pada waktu tengah malam. Ia akan menjejaskan proses penghadaman sekali gus akan membawa seseorang itu menjadi obesiti.

- Juruaudit, Revathi Ganesan, 25 tahun

“

Saya tidak setuju kedai makan tidak dibuka 24 jam. Beberapa individu bekerja pada waktu malam dan mungkin memerlukan pilihan makanan pada waktu malam. Menutup restoran 24 jam mungkin akan memberi kesukaran kepada mereka dalam memperolehi makanan semasa waktu kerja mereka. Jika tutup 24 jam, pengawalan akses kepada makanan pada waktu tertentu boleh dilihat sebagai campur tangan dalam kebebasan individu untuk membuat pilihan makanan mereka sendiri. Selain itu, menutup restoran 24 jam mungkin bermakna pengurangan dalam pilihan makanan yang tersedia kepada orang ramai, terutama bagi mereka yang mempunyai jadual yang sibuk dan terhad.

- Penyelia Juruteknik, Hakim Mosleh, 40 tahun

“

Boleh sahaja restoran beroperasi 24 jam, senang untuk dapatkan makanan bila diperlukan. Macam suami saya yang bertugas badan beruniform, kerja tidak tentu masa semestinya senang untuk dapatkan makanan pada waktu tengah malam atau awal pagi. Untuk menjaga kesihatan dari segi berat badan dan sebagainya, ia atas usaha individu itu sendiri.

- Bekerja sendiri, Siti Fatimah Rosmi, 31 tahun

AKHBAR : SINAR HARIAN
MUKA SURAT : 24
RUANGAN : NEGERI

NGO anjur persidangan fokus kesihatan wanita di Kota Bharu 11 Mei ini

KOTA BHARU - Persidangan Inspirasi Kesihatan dan Kesejahteraan Wanita 2024 pada Mei ini mampu meningkatkan kesedaran dalam kalangan wanita terhadap kepentingan melakukan pemeriksaan kesihatan secara berkala.

Setiausaha Persatuan Komuniti Farmasi Malaysia Kelantan, Rozaida Mohd Yunus berkata, ini kerana jumlah wanita yang mengambil peluang untuk melakukan pemeriksaan kesihatan dilihat masih rendah.

Justeru katanya, Persatuan Komuniti Farmasi Malaysia Kelantan mengambil inisiatif menganjurkan program tersebut yang bakal diadakan di Hotel Perdana Kota Bharu pada 11 Mei ini.

"Program dijangka memberi manfaat kepada lebih 200 wanita dalam usaha pencegahan awal penyakit kronik yang menyerang wanita seperti kanser serviks.

"Ia turut menampilkan enam individu termasuk Pakar Perunding Obstetrik dan Ginekologi (O&G), Dr Zanariah Jaafar; selebriti Astro Oasis Ustazah Asni Mansor dan selebriti, Datuk Nora Ariffin untuk mengemudi program bual bicara agar tahap kesedaran wanita terhadap penjagaan kesihatan dapat ditingkatkan," katanya ketika dihubungi *Sinar Harian* di sini pada Rabu.

Menurutnya, program yang diadakan buat julung kalinya sempena Hari Kesihatan Wanita Sedunia pada Mei dan sambutan Hari Ibu pada 12 Mei itu memberi peluang kepada peserta untuk mendapatkan input lebih tepat terhadap tahap kesihatan masing-masing.

Malah jelasnya, mereka juga



ROZAIDA

berpeluang memastikan kesihatan mental masing-masing berada dalam keadaan baik bagi menghadapi tekanan kos sara hidup pada masa kini.

"Program ini turut memberi peluang kepada wanita untuk berkongsi pandangan atau luahan emosi berkaitan mental bersama Pakar Perunding Psikiatri, Dr Asreneer Abd Razak,"

katanya.

Dalam pada itu, Rozaida yang juga pengarah program berkenaan berkata, pihaknya turut menyediakan pemeriksaan *pap smear* untuk pengesanan kanser serviks dan temu janji mamogram bagi mengesan kanser payu dara secara percuma kepada peserta.

"Mereka tidak perlu membayar RM300 seperti ujian yang dilakukan di klinik-klinik swasta," katanya.

AKHBAR : UTUSAN MALAYSIA
MUKA SURAT : 7
RUANGAN : DALAM NEGERI

Tutup restoran 24 jam, pengguna cari mi segera pula

Oleh MAISARAH SHEIKH RAHIM
utusannews@mediamula.com.my

PUTRAJAYA: Banyak sumber makanan ringan seperti mi segera mungkin akan menjadi pilihan orang ramai jika kerajaan mengambil tindakan menutup restoran 24 jam seperti yang dicadangkan Persatuan Pengguna Pulau Pinang (CAP).

Menteri Kesihatan, Datuk Seri Dr. Dzulkefly Ahmad berkata, langkah menutup restoran tidak akan berkesan tanpa perubahan tingkah laku individu dan tahap kesedaran serta literasi kesihatan yang tinggi.

“Mengambil kira keseluruhan sumber makanan yang mudah didapati di Malaysia seperti mi segera dan makanan berkelah, tiada jaminan amalan pemakanan tidak sihat akan dipatuhi.

“Satu daripada tiga individu mempunyai tahap literasi kesihatan yang rendah.

“Setiap individu bertanggungjawab ke atas tabiat pemakanan dan gaya hidup mereka,” katanya dalam majlis Sulaman Kasih Aidilfitri Kementerian Perpaduan Negara di sini, semalam.

Kelmarin, Presiden CAP, Mohideen Abdul Kader mengesakan lesen operasi 24 jam yang diberikan kepada kedai makan



DZULKEFLY Ahmad berpendapat menutup restoran tidak akan berkesan tanpa perubahan tingkah laku individu dan tahap kesedaran serta literasi kesihatan yang tinggi. - UTUSAN/AMIR KHALID

dimansuhkan.

Ia berikutan kajian menunjukkan terdapat kesan negatif akibat tabiat makan lewat malam seperti berat badan bertambah, gangguan tidur dan masalah penghadaman.

Dalam pada itu, Dzulkefly

berkata, terdapat kumpulan tertentu yang bergantung kepada perkhidmatan kedai makan 24 jam seperti petugas barisan hadapan iaitu polis, bomba, doktor, jururawat, petugas keselamatan dan lain-lain.

“Menghentikan perkhid-

matan secara pukul akan menyebabkan kesukaran kepada mereka,” katanya.

Beliau turut memberitahu, pihaknya akan memperhalusi cadangan CAP dengan menyediakan kertas cadangan untuk tindakan lanjut.

AKHBAR : UTUSAN MALAYSIA
MUKA SURAT : 8
RUANGAN : DALAM NEGERI

RM4b rawat lima juta pesakit diabetes

Oleh **KAMARIAH KHALIDI**
utusannews@mediamula.com.my

PUTRAJAYA: Kerajaan membelanjakan hampir RM4 bilion untuk merawat kira-kira 5 juta rakyat di negara ini yang berisiko menghidap pradiabetes dan diabetes.

Timbalan Menteri Kesihatan, Lukanisman Awang Sauni berkata, diabetes juga merangkumi hampir 50 peratus jumlah kos rawatan bagi menguruskan penyakit tersebut menerusi peruntukan tahunan Kementerian Kesihatan (KKM).

"Saya juga ada menyebut hampir lima juta rakyat Malay-

sia sebenarnya terdedah kepada prediabetes dan diabetes ketika ini.

"Dan juga penyakit diabetes ini merangkumi hampir 50 peratus kos rawatan iaitu bernilai hampir RM4 bilion yang kita gunakan dalam peruntukan tahunan KKM," katanya selepas melancarkan program *Stand Against Prediabetes; Don't Sugarcoat It's* (SAPd) dengan tema 'Saring, Sahkan, Runding dan Ubah' di sini, semalam.

Mengulas lanjut, Lukanisman berkata, oleh kerana penyakit tersebut lazimnya tidak menunjukkan simptom, kebanyakan individu tidak sedar akan kea-

daan mereka selain berkemungkinan tidak menjalani pemeriksaan awal.

Jelasnya, kempen berkenaan bertujuan mendidik dan menggalakkan orang ramai untuk mengesahkan risiko peribadi mereka, menjalani ujian saringan dan bekerjasama dengan pakar penjagaan kesihatan untuk menguruskan pradiabetes.

"Justeru dengan adanya kempen-kempen yang dijalankan, saya berharap kita lebih memfokuskan kepada memberi kesedaran kepada masyarakat yang mungkin terdedah terhadap gaya hidup dengan pengambilan gula berlebihan," ujarnya.



LUKANISMAN Awang Sauni pada majlis pelancaran program kesedaran penyakit diabetes di Putrajaya, semalam. - UTUSAN/FAIZ ALIF ZUBIR

AKHBAR : UTUSAN MALAYSIA
MUKA SURAT : 24
RUANGAN : GAYA. KESIHATAN

Oleh ROSALINDA MD.SAID
rosalinda.said@mediamula.com.my

PENYAKIT tidak berjangkit (NCD) iaitu kencing manis dan tekanan darah tinggi dalam kalangan golongan muda berusia 30 hingga 40 tahun di negara dikesan menjadi punca peningkatan penyakit buah pinggang kronik (CKD).

Lebih menyedihkan, seawal usia berkenaan, rata-ratanya sudah memulakan rawatan dialisis.

CKD berlaku apabila buah pinggang kehilangan fungsi secara beransur-ansur.

Ia lazimnya terjadi akibat tekanan darah tinggi, diabetes, jangkitan pada buah pinggang, glomerulonephritis dan penyakit yang diwarisi seperti ginjal polistikistik.

Hingga kini, masih belum ada sebarang rawatan untuk penyakit itu dan doktor akan menasihati pesakit agar menjalani terapi penggantian buah pinggang atau dialisis.

Ahli Lembaga Pengarah Yayasan Buah Pinggang Kebangsaan (NKF), Prof. Dr. Abdul Halim Abdul Ghafar berkata, peningkatan angka itu dipercayai berpunca akibat gaya hidup dan tabiat pemakanan yang tidak sihat hingga menyebabkan ramai cenderung mengalami kencing manis serta tekanan darah tinggi.

Malah, pegasan lewat dalam kalangan penghidap juga menjadi punca peningkatan kes berkenaan.

"Trend kes pesakit CKD dilihat berubah dalam tempoh 20 tahun kebelakangan ini dengan setiap tahun berlaku peningkatan dramatik terhadap bilangan kes penyakit buah pinggang.

"Kalau dulu, orang tua yang ramai kena tetapi kini beralih kepada orang muda dan situasi ini amat membimbangkan.

"Ia bukan sahaja memberi impak mendalam terhadap aktiviti seharian pesakit dan kos, malah pertumbuhan sosial serta ekonomi negara," katanya pada sambutan Hari Buah Pinggang Sedunia baru-baru ini.

Majlis yang dirasmikan Timbalan Menteri Kesihatan, Datuk Lukanisman Awang Sauni itu turut dihadiri Presiden Persatuan Nefrologi Malaysia (MSN), Datuk Dr. Lily Mushahar.

Menjelang 2040, jumlah pesakit CKD di negara ini dijangka mencecah 106,000 orang.

Daripada jumlah itu, sebanyak 30 peratus dikenal pasti merupakan golongan muda berusia bawah 45 tahun.

Kajian dibuat pakar-pakar perubatan itu seharusnya

Ramai orang muda menghidap sakit buah pinggang kronik



PADA 2017, kerajaan membelanjakan RM9.6 bilion bagi rawatan penyakit buah pinggang kronik.

mencetuskan kegerunan kepada semua pihak terutama golongan-golongan berisiko.

Jika sebelum ini cuma 8,000 kes baharu yang memerlukan rawatan dialisis direkodkan setiap tahun, tetapi kini ia melonjak kepada lebih 9,500 kes.

Statistik merekodkan 69.2 peratus daripada pesakit baharu yang menjalani dialisis menghidap diabetes manakala 21.8 peratus disebabkan hipertensi.

Dalam pada itu, kata Abdul Halim, ramai yang tidak sedar CKD adalah masalah kesihatan jangka panjang dan tidak dapat

“ Dalam usaha menghadapi cabaran peningkatan penyakit buah pinggang, adalah penting untuk kita fokus kepada saringan kesihatan dan intervensi awal.”

ABDUL HALIM ABDUL GHAFAF

disembuhkan.

Namun begitu, dengan saringan dan intervensi awal dapat membantu seseorang mencegah risiko penyakit itu.

"Kami komited menjalankan pemeriksaan kesihatan percuma, kempen serta program pendidikan di sekolah dan komuniti bagi meningkatkan kesedaran dan pengetahuan orang ramai tentang penyakit buah pinggang.

"Sejak 2008, NKF menjalankan saringan kesihatan kepada lebih 644,0863 individu.

"Dalam usaha menghadapi



NORKASIAH



RAFIDAH ABDULLAH



KHAIRY JAMALUDDIN

cabaran peningkatan penyakit buah pinggang, adalah penting untuk kita fokus



PENSYARAH Klinikal Fakulti Farmasi UiTM, Doktor Norkasihah Ibrahim (dua, kiri) pada sesi forum kesihatan pada Majlis Perasmian Hari Buah Pinggang Sedunia di Taman Tasik Titiwangsa, Kuala Lumpur baru-baru ini.

AKHBAR : UTUSAN MALAYSIA
MUKA SURAT : 25
RUANGAN : GAYA. KESIHATAN

kepada saringan kesihatan dan intervensi awal," katanya dengan sasaran utama golongan B40, penduduk projek perumahan rakyat (PPR) dan Orang Asli.

MASIH KURANG SEDAR

Rakyat negara ini masih kurang kesedaran terhadap penjagaan buah pinggang dan CKD.

Lukanisman berkata beliau pernah berjumpa pesakit di Sri Aman yang merupakan calon Sijil Pelajaran Malaysia (SPM) dan perlu menjalani dialisis.

"Dia bertanya apakah masa depannya selepas SPM berakhir dan seorang lagi beliau yang ditemui mengakui terpaksa melepaskan tawaran ke universiti kerana penyakit dialami," katanya.

Sehubungan itu, pelbagai langkah penjagaan kesihatan komprehensif diperlukan termasuk strategi pencegahan, pengesanan awal, pengurusan faktor risiko berkesan dan rawatan bertepatan.

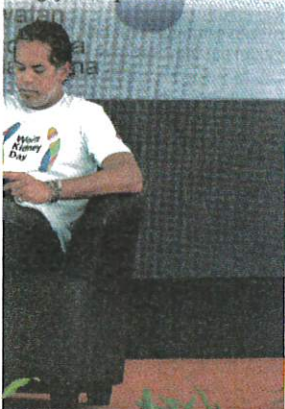
Bahkan, pemerkasaan pembudayaan pendermaan organ buah pinggang juga penting bagi memberikan harapan baharu kepada golongan muda.

"Ada banyak kemajuan dalam rawatan perubatan yang mampu mengawal penyakit kronik dan mengelakkan komplikasi memudaratkan.

"Bagi penjagaan CKD, kita turut menyediakan rawatan tepat dan bersesuaian," katanya.

GAYA HIDUP SIHAT

Duta Ginjal NKF, Khairy Jamaluddin berkata, amalan gaya hidup sihat dan



unia Peringkat Kebangsaan 2024 di



SESI bergambar bersama Timbalan Menteri Kesihatan, Datuk Lukanisman Awang Sauni (tengah, duduk) dan kesemua peserta pada Majlis Perasmian Hari Buah Pinggang Sedunia Peringkat Kebangsaan 2024 di Taman Tasik Titivangsa, Kuala Lumpur baru-baru ini. - UTUSAN/SYAKIR RADIN

PENYAKIT BUAH PINGGANG KRONIK (CKD)

» **APA:** Berlaku apabila buah pinggang kehilangan fungsi secara beransur-ansur.

» **SIMPTOM:** Hilang berat badan dan selera makan; buku lali, kaki dan tangan membengkak; sesak nafas; penat; kencing berdarah; sukar tidur; kulit gatal-gatal; pening kepala dan kekerapan ke tandas pada tengah malam.

» **PUNCA:** Tekanan darah tinggi, diabetes, jangkitan pada buah pinggang, glomerulonephritis dan penyakit yang diwarisi seperti ginjal polistik.

» **RAWATAN:** Belum ada rawatan dan penyakit bersifat kekal. Pesakit disarankan menjalani rawatan dialisis atau pindahan buah pinggang untuk meneruskan kehidupan.

» **JUMLAH:** Sebanyak 4.7 juta rakyat Malaysia mengalami CKD dengan dan dianggarkan 9,500 pesakit baharu CKD didaftarkan setiap tahun.



AMALAN gaya hidup sihat dan pemakanan berkhasiat boleh membantu mencegah NCD serta risiko CKD.

pemakanan berkhasiat boleh kembali kepada berat ideal," katanya.

Menceritakan pengalaman peribadinya, beliau mengakui pernah didiagnosis pradiabetes dan hipertensi, beberapa tahun lalu ketika mengetuai Kementerian Kesihatan.

"Ini pertama kali saya kongsi tentang tahap kesihatan saya yang sangat-sangat teruk, mungkin kerana jawatan yang dipegang ketika itu paling stres di Malaysia disebabkan pengurusan pandemik Covid-19.

"Tetapi dalam tempoh tujuh bulan lepas, saya berjaya mengurangkan berat badan

sebanyak 15 kilogram dan kembali kepada berat ideal," katanya.

Beliau berkata demikian pada forum kesihatan 'Memantapkan Akses Perawatan Optimum dan Saksama : Sejahter Manakah Malaysia Bersedia' yang diadakan pada acara sama.

Antara ahli panel lain ialah Pakar Nefrologi dan Perubatan Dalaman, Hospital Putrajaya, Dr. Rafidah Abdullah serta Pensyarah Klinikal Fakulti Farmasi Universiti Teknologi Mara (UiTM), Dr. Norkasih Ibrahim.

Khairy berkata, perubahan gaya hidup sihat itu mungkin

sukar untuk dilaksanakan segelintir individu akibat kekangan kerja dan masa.

"Saya ada banyak masa untuk bersenam dan riadah tetapi saya sedar bukan mudah untuk orang lain melakukannya.

"Sebahagian besar tiada masa kerana terpaksa membuat dua kerja atau tugas syif dan pulang ke rumah lewat malam," katanya.

Perkara itu turut diakui Dr. Rafidah, justeru beliau menyarankan masyarakat memulakan perubahan-perubahan kecil dan mudah misalnya dengan menaiki tangga berbanding lif untuk ke pejabat.

AJAR MASYARAKAT MAKAN SIHAT

Formula menurunkan berat badan bergantung kepada 80 peratus diet dan pemakanan.

Sehubungan itu, Dr. Norkasih menyeru orang ramai menyahut saranan amalan pemakanan sihat dan seimbang.

"Untuk mengajar masyarakat makan secara sihat ada cabarannya.

"Mereka perlu tahu dalam sehari, jumlah nasi yang diambil tidak boleh melebihi genggam dan elakkan kuah yang tinggi kandungan sodium.

"Kalau makan ayam, disarankan ambil bahagian dada dan bukan kepak atau peha di samping kurangkan minuman manis," katanya.

Dalam pada itu, katanya, kajian terbaharu mendapati kebanyakan rakyat Malaysia masih tidak memahami fungsi buah pinggang terhadap kesihatan.

AKHBAR : UTUSAN MALAYSIA
MUKA SURAT : 35
RUANGAN : DALAM NEGERI

200 pesakit jantung Sabah dihantar ke KL setiap tahun

Oleh **SURAI DAH ROSLAN**
utusannews@mediamuli.com.my

KOTA KINABALU: Setiap tahun Sabah terpaksa menghantar kira-kira 200 orang pesakit jantung ke Kuala Lumpur bagi mendapatkan rawatan di Institut Jantung Negara (IJN).

Maka, penubuhan Pusat Jantung Negara di Sabah yang akan ditempatkan di Hospital Queen Elizabeth II (HQE II) dilihat akan membantu mengurangkan jumlah pesakit yang terpaksa mendapatkan rawatan di Kuala Lumpur.



Menteri Pembangunan Masyarakat dan Kesejahteraan Rakyat Sabah, Datuk James Ratib berkata, peruntukan awal RM80 juta yang diumumkan Perdana Menteri bagi penubuhan pusat jantung di Sabah akan membantu menyelamatkan ramai pesakit jantung yang kritikal di HQE II.

“Ramai orang Sabah menin-

ggal dunia (lambat dapat rawatan) termasuk saya yang hampir meninggal dunia kerana tiga kali jantung tersumbat. Itu sebabnya saya berusaha untuk tubuhkan IJN agar tiada lagi rakyat Sabah menjadi seperti saya.

“Pada masa ini ramai pesakit kita yang kritikal dan terpaksa menunggu giliran untuk mendapatkan rawatan. Sudahlah kekurangan pakar, kita perlu tunggu giliran lagi.

“Seperti diumumkan Perdana Menteri, kita akan menambah pakar. Jadi, sekurangnya lebih ramai pesakit

dapat rawatan jantung di HQE II,” katanya dalam ucapan pengumuman kementerannya pada Sidang Dewan Undangan Negeri (DUN) Sabah.

Biarpun telah menyediakan sebidang tanah seluas 10 ekar bagi pembinaan IJN di Sabah, namun memandangkan kewangan kerajaan sekarang tidak mengizinkan, maka peruntukan permulaan RM80 juta untuk menaik taraf kemudahan rawatan penyakit jantung di HQE dilihat sudah mencukupi.

Mengenai keperluan mesin imbasan tomografi pancaran

positron (Pet scan) di Sabah, James berkata, peruntukan RM30 juta bagi menyediakan-nya telah diluluskan pada 2021, namun disebabkan perubahan kerajaan dan tiada susulan dibuat kepada Kementerian Kesihatan, maka perkara itu tertangguh di peringkat kementerian.

Kata beliau, Pet scan penting dalam mengesan kanser yang berada di tahap satu.

Jelasnya, ramai rakyat Sabah menghidap kanser tahap satu terpaksa dihantar ke Kuala Lumpur bagi mendapatkan rawatan.

AKHBAR : NEW STRAITS TIMES
MUKA SURAT : 7
RUANGAN : NEWS / NATION

NewStraitsTimes • THURSDAY, APRIL 25, 2024

JASSMINE SHADIGE
JOHOR BARU
news@nst.com.my

'Malaysia's healthcare policies need a reboot'

THE country's healthcare needs to adopt policies that tackle financial challenges and lay the groundwork for future sustainability and innovation.

Gleneagles Hospital Medini Johor chief executive officer (CEO) Dr Kamal Amzan, who is also IHH Healthcare Malaysia regional CEO (southern & eastern) has called for the urgent need to address current trajectory of the country's healthcare system.

He said transformative actions and a unified approach to sustainable reforms are required to address escalating healthcare costs, widening disparities in access and the risks of stymied innovation, apparent in Malaysia's healthcare system.

The reforms, he suggested, include adopting a value-based healthcare system that uses outcomes and patient satisfaction to guide healthcare and financing decisions.

He said without decisive healthcare reform in the next five to 10 years, medical treatments, hospital stays and medications will become unaffordable for the masses.

"Malaysia risks a future where quality healthcare is a privilege for the few rather than a universal right.

"If the healthcare growing gap in its availability and quality service is not addressed soon, certain groups may find it difficult to access healthcare services due to factors such as economic barriers, geographic isolation, or systemic inequalities.

"The future of the country's healthcare will struggle under the weight of an ageing population, burgeoning chronic diseases, and insufficient resources to meet the demands of its citizens," he said.

COMBINING SMART FINANCING AND INNOVATIONS TO SPARK CHANGE

Malaysia's goal is a healthcare system known for its accessibility, quality and resilience.

The system should embrace innovation not only for its novelty but also for its capacity to deliver tangible benefits to patients.

Dr Kamal said all Malaysians should have access to healthcare without worrying about the cost.



Gleneagles Hospital Medini Johor chief executive officer Dr Kamal Amzan (right) in consultation with a patient. PIX COURTESY OF GLENEAGLES HOSPITAL MEDINI JOHOR

He believes that by emulating successful healthcare systems practised by countries like Singapore, Taiwan and Sweden, Malaysia too will be able to create a fair and lasting healthcare system for everyone.

Among sustainable solution is to replicate Singapore's healthcare financing model, which balances what people pay themselves with support from the community.

The system helps maintain high-quality healthcare while managing its costs.

Dr Kamal added that the financing model is important as it minimises the rising risks of lawsuits and insurance costs.

Singapore's approach combines per-



Malaysia needs to create a plan that not only addresses immediate financial challenges, but also sets up a reliable healthcare system for the future.

sonal health savings accounts, government help for those in need and regulated insurance, which creates a resilient system that Malaysia should adopt.

Taiwan's digital health system, including its smart card system, makes healthcare delivery more efficient and improves patient experiences, and Sweden's Value-Driven Outcomes (VDO) framework focuses on patient-centred care and responsible healthcare spending.

VDO prioritises outcomes and patient satisfaction in healthcare delivery and financing decisions.

Dr Kamal supports a policy approach that emphasises long-term sustainability and innovation.

In addressing the need for change in the country's healthcare system, he said Malaysia needs strong data collection and analysis, like Taiwan's digital

“If the healthcare growing gap in its availability and quality service is not addressed soon, certain groups may find it difficult to access healthcare services due to factors such as economic barriers, geographic isolation, or systemic inequalities. The future of the country's healthcare will struggle under the weight of an ageing population, burgeoning chronic diseases, and insufficient resources to meet the demands of its citizens.”

DR KAMAL AMZAN
Gleneagles Hospital Medini
Johor chief executive officer

den's system, where the focus is on patient outcomes and satisfaction when making decisions about care and costs.

To make this happen, Malaysia should build a strong data collection and analysis system like Taiwan's digital system, which allows for easy tracking and understanding of patient outcomes.

A FUTURE SHAPED BY FAIRNESS AND KINDNESS

To achieve this transformative journey, Malaysia's healthcare system requires a clear vision to achieve its key goal — to create a healthcare system that is accessible, of high quality and resilient.

"The system should adopt innovations and technologies, and embrace it for its genuine benefits to patients, not just because it is new," said Dr Kamal.

He said the healthcare system must ensure every Malaysian, despite their financial standing, can access the required care without worrying about its cost.

He believes that Malaysia is committed to protecting the health and wellbeing of her people, while it reforms the healthcare system sustainability for future generation.

Despite obstacles and challenges, with proper planning and determination, a healthcare system where Malaysians' health and wellbeing are safeguarded as cornerstones of national prosperity, is achievable.



The healthcare system must ensure every Malaysian, despite their financial standing, can access the required care without worrying about its cost.

AKHBAR : THE STAR
MUKA SURAT : 8
RUANGAN : NATION

Ministry: Proposal to ban 24-hour eateries hard to swallow without proof

By ZAKIAH KOYA
zakiah@thestar.com.my

PETALING JAYA: A recent proposal by a consumer group to ban 24-hour eateries to combat obesity has received brickbats from Malaysians, although the Health Minister said the low "health literacy" and the needs of certain groups will have to be taken into account before doing so.

Health Minister Datuk Seri Dr Dzulkefly Ahmad said there must be engagement with stakeholders of the 24-hour eatery ecosystem, as well as a well-prepared paper on the issue before the proposal is studied by the government.

He pointed out that it is better to prioritise the menu content and cleanliness of these eateries rather than ban their round-the-clock operations.

"Any claims such as the one brought by the Consumer Association of Penang (CAP) must be accompanied by empirical proof, and an objective and whole study.

"These 24-hour eateries fulfil the needs of certain groups such as frontliners. For example, the police, firemen, doctors, nurses, security forces and others.

"Supply-side restrictions such as closing these 24-hour eateries would cause difficulties to these groups," said Dzulkefly.

He said the claim that 24-hour eateries were the main cause of obesity in Malaysia must not be accepted without proof, and that a high level of health literacy is needed to change the dietary pattern of the people.

"One in three Malaysians has low health literacy, and closing these 24-hour eateries does not guarantee consumers would not find alternatives. We also have to take into account the easy availability of food such as instant noodles and camping food.

"It must be remembered that bad eating habits and lack of physical activities are two main components which contribute to obesity. Each individual is responsible for his or her own eating habits and lifestyle," said Dzulkefly.

On April 21, CAP president Mohideen Ab Kadir claimed that studies have shown that there are negative effects of late-night meals such as weight gain, sleep disorders and digestive issues.

"Presently, Malaysians are in an unhealthy situation as we have the highest prevalence of obesity among adults in South-East Asia. In the 2019 National Health and Morbidity Survey, 50.1% of our adult population were reported to be overweight (30.4%) or obese (19.7%)," said Mohideen, who added that research had also shown that individuals who eat late at night exceed 40% of their daily energy requirements, which pose a significant risk factor for obesity.

AKHBAR : THE STAR

MUKA SURAT : 13

RUANGAN : VIEWS

ACCORDING to the Malaysian Youth Mental Health Index 2023 (MyMHI'23), six in 10 Malaysian youths aged between 15 and 30 years experienced mild to severe depressive symptoms.

In 2022, the National Health and Morbidity Survey (NHMS) found that one in four teenagers had feelings of depression and one in 10 had attempted to end their lives.

Meanwhile, the NHMS in 2019 found that 424,000 children had struggled with mental health issues.

These numbers are good indications about the mental health of youths and children in our country. We need to follow up

Cultivating good mental health starts from young

with appropriate actions to ensure their mental well-being because they are our future.

Good mental well-being does not only mean the absence of mental disorders; it also means an individual realises his or her abilities, can cope with the stresses of life, work productively and is making contributions to their community.

Family is the fundamental unit of society, and this is where young children can learn how to take care of their mental health. Parents can be positive role models in displaying good mental

health practices.

Children learn by example and model how their parents manage their emotions. By creating a safe space, and encouraging open discussion about their mind, feelings and behaviour, parents can promote help-seeking behaviour in their children, making it easier for them to ask for support when required.

Children should also be encouraged to play with others as it cultivates social skills, which are important as they grow older.

I believe the Education and

Health ministries have mental health modules with topics such as problem-solving skills, resilience and stress management that should be included in our school syllabus.

We need to start creating awareness of mental health among our young ones now. We need to help them cultivate good mental health behaviours and practices.

TAN SRI LEE LAM THYE
Member
Mental Health Advisory
Council