

AKHBAR : HARIAN METRO
MUKA SURAT : 7
RUANGAN : LOKAL

Duti eksais bagi minuman bergula dapat kurangkan kadar obesiti

Kuala Lumpur: Inisiatif kerajaan meningkatkan kadar duti eksais bagi minuman bergula sebanyak 40 sen seliter mulai 1 Januari 2025 dilihat sebagai langkah terbaik bagi mengurangkan beban ekonomi akibat kos perubatan yang tinggi.

Pegawai Penyelidik Persekitaran Pengguna Pulau Pinang (CAP), Hatijah Hashim berkata, pihaknya menyokong inisiatif kerajaan itu kerana ia bertujuan mengurangkan pengambilan gula dan seterusnya, mengekang kadar obesiti serta diabetes yang membebankan kewangan negara.

Katanya, penurunan pengambilan gula boleh mengurangkan masalah obesiti dan risiko diabetes.

"Malaysia menduduki tangga kelima di dunia bagi bilangan pesakit diabetes dan usaha ini di-

harapkan dapat mengurangkan beban ekonomi akibat kos perubatan yang tinggi.

"Di Malaysia, kos merawat pesakit diabetes semakin membebankan, bukan saja menelan belanja besar bagi rawatan perubatan, masalah ini turut menjejaskan produktiviti negara apabila ramai pekerja sering mengambil cuti sakit akibat komplikasi diabetes," katanya.

Beliau mengulas mengenai gerakan *War on Sugar* dan kadar duti eksais bagi minuman bergula sebanyak 40 sen seliter yang diperkenalkan kerajaan bermula 1 Januari 2025.

"Di Malaysia, kos merawat pesakit diabetes semakin membebankan"

*Pegawai Penyelidik CAP,
Hatijah Hashim*

Menurutnya, berdasarkan kedudukan Malaysia sebagai negara kelima tertinggi dengan jumlah pesakit diabetes di dunia, kementerian meningkatkan duti eksais ke atas minuman bergula diharap dapat mengurangkan beban ekonomi yang ditanggung negara.

Beliau berkata, obesiti bukan saja meningkatkan risiko diabetes tetapi juga pelbagai penyakit lain, termasuk penyakit jantung dan tekanan darah tinggi.

"Langkah ini dilihat sebagai permulaan kepada gaya hidup lebih sihat yang lebih menyeluruh bagi rakyat Malaysia," katanya.

Hatijah berkata, inisiatif menaikkan harga minuman bergula diharap dapat mengurangkan kebergantungan masyarakat terhadap gula dalam diet harian.

Katanya, dengan kenaikan harga, pengguna akan

lebih berhati-hati dalam membuat pilihan minuman, mendorong mereka untuk memilih alternatif yang lebih sihat.

Selain itu, CAP turut mencadangkan peniaga mengambil inisiatif mempromosikan makanan dan minuman yang lebih berkhasiat.

"Walaupun terdapat kenaikan harga pada produk bergula, peniaga masih boleh menjual produk mereka dengan cara yang lebih sihat, yang mungkin menarik lebih ramai pelanggan berfikir kesihatan.

"Kerajaan juga diharap dapat memberi garis panduan jelas mengenai harga minuman yang kurang atau tanpa gula yang mana Kementerian Perdagangan Dalam Negeri dan Kos Sara Hidup (KPDN) disarankan menyediakan panduan harga bagi membantu pengguna membuat pilihan lebih sihat," katanya.

AKHBAR : KOSMO
MUKA SURAT : 1
RUANGAN : MUKA HADAPAN

Kosmo! SUARA KONTEMPORARI

Isnin
04.11.2024
2 Jamadilawal 1446

RM2
BIL: 261 TAHUN 19
PP19529/09/2019 (035123)

ANGAMAN
PESAKIT
SKIZOFRENIA

**Dengar bisikan arah bunuh,
cederakan orang yang
dianggap hantu**

Oleh AZMI NORDIN

PETALING JAYA – Sebahagian besar daripada 5,500 rakyat Malaysia yang menghidap Skizofrenia dan enggan meneruskan rawatan, berisiko menjadi ancaman kepada masyarakat yang terdedah kepada kes pembunuhan dan mencederakan. Pesakit mental itu berupaya bertindak ganas tanpa diduga kerana mendengar bisikan mendorong perlakuan negatif seperti membunuh atau mencederakan orang lain yang dianggap sebagai hantu atau berniat buruk kepada mereka.

BERSAMBUNG DI MUKA 2

AKHBAR : KOSMO
MUKA SURAT : 2
RUANGAN : NEGARA

Ancaman pesakit Skizofrenia

DARI MUKA I

Mengikut rekod, kira-kira 947,400 individu atau 2.3 peratus daripada 23.8 juta penduduk Malaysia berusia 15 hingga 64 tahun didapati menghidap sakit mental yang serius.

Daripada jumlah tersebut, satu peratus atau sekitar 5,500 individu menghidap penyakit mental psikiotik seperti Skizofrenia.

Pakar Perunding Paksiari dan Presiden Persatuan Kesihatan Mental Malaysia, Prof. Datuk Dr. Andrew Mohanraj mendedahkan, penghidap Skizofrenia kurang mendapat rawatan susulan berbanding pesakit yang mengalami anxiety (resah) dan depresi (kemurungan).

Katanya, ia berlaku disebabkan penghidap Skizofrenia dan Bipolar Disorder kurang kecenderungan dalam mencari rawatan susulan berbanding pesakit yang mengalami anxiety (resah) dan depresi (kemurungan).

"Mereka ini tidak rasmi tetapi boleh menamatkan kesen bese kepada diri sendiri, keluarga dan masyarakat."

"Biasanya, bilik-bilik yang diduduki oleh pesakit Skizofrenia terpaksa ditutup kerana keselamatan amat penting. Ada situasi bilik-bilik pesakit itu sebagai bilik atau bilik-hingga mendorong perbuatan membunuh diri," katanya kepada Kosmo!

Menurut Andrew, ada juga pesakit yang mendengar bisikan-menganggap orang lain adalah musuh atau berfikir buruk sebelum mereka mengambil keputusan membunuh atau mencederakan mereka.

Tambahnya, risiko lebih ramai individu atau masyarakat tercedera mungkin dapat dibalok sekiranya tahap keseriusan pesakit diawasi pada lebih awal.

"Pesakit amat jarang sebab-sebab sepenuhnya, namun pengambilan ubat akan mengawal tahap halusinasi mereka," katanya.

Ujar Andrew, antara sebab pesakit anggota meneruskan amaran meminum ubat ialah tidak selselesa dengan kesan sampingannya sebelum berhasrat tanpa pengetahuan doktor.

"Kos rawatan di hospital kerajaan adalah hampir kesemua percuma, tidak timbul isu kos tinggi kecuali mereka mendapatkan rawatan di sektor swasta," katanya.

Sementara itu, Pakar Perunding Paksiari dan Persekitaran Perubatan Kanan, Universiti Putra



CAMBAI hari merujuk anggota polis menandakan kawasan di mana seorang wanita dihanyut ketika memujuk anaknya yang mengalami halusinasi dan cuba membunuh diri dalam kejadian di Kampung Senaling, Kuala Pilah.

Skizofrenia

- Penyakit mental kronik yang mengganggu gangguan pemikiran serikat
- Cara berfikir berbeza dan terpisah daripada realiti
- Kebanyakan berfikir menjadi lebih perlahan atau bertenti
- Pesakit hilang upaya berfikir, mengingati atau memahami masalah
- Cenderung bertindak laku paksi kerana halusinasi dan bayangan delusi, paranoid dan depresi marah
- Pesakit kronik yang memerlukan rawatan selumur hidup

50 Kes bunuh diri akibat Skizofrenia

- 17 Ogos 2023** - Seorang remaja lelaki berusia 17 tahun didapati bunuh diri selepas mengalami serangan halusinasi di Kampung Kinabalu, Ranau, Sabah.
- 5 Julai 2022** - Seorang penganggur mendadak seorang ahli keluarga selepas mengalami serangan halusinasi berbilang binaan membunuh mangsa telah menyembah berfikir di Kampung Paya Lada, Tanjung Batu, Melaka.
- 14 Oktober 2020** - Seorang bapa mendakwa mendengar 'suara' memanggil namanya melalui telefon bimbit berbilang kali sebelum bunuh diri di sebuah rumah di Kampung Sungai Dua, Bachok, Kelantan.



PESAKIT Skizofrenia sering mendengar bisikan yang mengarahkan mereka melakukan perkara negatif seperti membunuh. - CAMBAI/HASAN

Malaysia, Dr. Rozina Masran berkata, di peringkat global anggaran antara 30 hingga 50 individu yang menghidap penyakit mental tidak meneruskan rawatan tanpa nasihat doktor.

Kata beliau, pesakit mental hanya bertindak agresif apabila gejala penyakit mental mereka tidak dikawal atau dharus dengan baik.

"Ini boleh menimbulkan situasi di mana mereka menasakakan diri seakan tomasam dan berlaku konflik berhalusinasi. Penyelidikan adalah juga boleh me-

ningkatkan risiko bertindak lebih agresif," katanya.

Tegas beliau, keluarga memainkan peranan penting dalam menyokong seseorang yang mempunyai penyakit mental seperti membentok sokongan emosi, mewujudkan persekitaran yang

tenang serta memahami.

"Elakkan situasi yang boleh mencetuskan tekanan kepada mereka. Jika tidak mampu, dapatkan nasihat daripada pakar psikiatri, pegawai psikologi, mahupun kakitangan tentang cara

menurusnya.

"Paling penting dikal diri tentang keadaan mereka yang mengalami penyakit tersebut supaya lebih memahami dan bertindak balas mengikut keperluan," katanya.

AKHBAR : UTUSAN MALAYSIA
MUKA SURAT : 4
RUANGAN : DALAM NEGERI

Dewan Rakyat bincang isu kos rawatan kencing manis

PETALING JAYA: Dewan Rakyat akan membincangkan isu kos rawatan pesakit kencing manis yang ditanggung kerajaan pada persidangan hari ini.

Menurut Aduan Urusan Mesyuarat persidangan Dewan Rakyat, perkara tersebut berbangkit dalam sesi Pertanyaan-Pertanyaan bagi Jawab Lisan yang diajukan oleh Yuneswaran Ramaraj (PH-Selangor).

Pertanyaan tersebut bagi meminta penjelasan mengenai kos ditanggung Kementerian Kesihatan (KKM) bagi pesakit memelihara rawatan kencing manis atau komplikasi yang berpancaini daripada kadar gula yang tinggi dalam darah.

Dalam sesi sama, Kesavan Subramaniam (PH-Selangor) meminta Menteri Ekonomi menyatakan pelaksanaan Inisiatif Pendapatan Rakyat (IPR) untuk membasmu kemiskinan dan menambuh pendapatan rakyat.

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

8 Utusan Malaysia
ENIN • 4 NOVEMBER 2024

Terlebih makan makanan viral, ramen tingkat kanser usus

Oleh NURUL IRDINA SUMALI
nirina.su@medika.com.my

PETALING JAYA: Gemar mengambil makanan proses terutamanya mi segera seperti ramen polbagai perisa dan makanan manis, umpamanya kek tapak kuda antara pancia yang menyumbang kepada peningkatan kanser usus di negara ini.

Makanan ramen pelbagai perisa yang boleh dimasak dengan mudah dan dijual di merata-rata tempat merupakan makanan proses serta mengandungi bahan pengawet tinggi yang merisikakan kesihatan.

Bagitu juga kek tapak kuda yang banyak di promosi dalam media sosial juga antara penyumbang kepada risiko berlaku kanser kerana kandungan gula yang tinggi.

Statistik Institut Kanser Negara (IKN) menemukan kanser kolorektal atau kanser usus besar adalah kanser paling kerap diremakan dalam kalangan lelaki dan kanser kedua banyak dihadapi wanita selepas kanser payudara.

Dalam tempoh lima tahun, kanser kolorektal mencatatkan peningkatan ketara daripada 14.8 peratus pada 2012 hingga 2016 kepada 18.8 peratus pada tahun 2017 hingga 2021 bagi lelaki.

Bagi wanita, kanser usus meningkat enam peratus dengan 11.1 peratus pada tahun 2012 hingga 2016 kepada 13.7 peratus pada tahun 2017 hingga 2021.

Berdasarkan statistik itu, kanser kolorektal adalah kanser yang paling biasa dan kerap berlaku dalam kalangan lelaki antara usia 45 tahun hingga 74 tahun.

Bagi wanita, kanser kolorektal adalah kanser kedua paling biasa bagi yang berusia antara usia 30 tahun hingga 75 tahun.

Pakar Perubatan Kesihatan Awam, Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM), Prof. Dr. Susana Ebit Wan Puteh berkata, kualiti makanan yang rendah serat, makanan tinggi bahan pengawet, pewarna, pemanis tambahan dan penstabilan makanan juga meningkatkan risiko kanser usus.

"Berdasarkan kajian, lelaki yang gemar makan makanan tinggi proses adalah 29 peratus berisiko mendapat kanser usus berbanding lelaki yang tidak mengambil bahan-bahan proses," katanya ketika dihubungi.

Katanya, data daripada Register Kanser Kebangsaan Kementerian Kesihatan (BKMM) pula mendapati, jumlah pesakit mendapatkan rawatan apabila

kanser sudah berada pada tahap tiga dan empat juga semakin meningkat.

"Ia menunjukkan tahap kesedaran masyarakat masih rendah untuk menjalani ujian skrining walaupun tiada sebarang simptom.

"Kanser kolorektal boleh dikesan awal menerusi ujian kolonoskopi dan jika ketumbuhan belum menjadi kanser dikesan awal, ia sudah pasti dapat disawai.

"Ini kerana ketumbuhan mengususi masa bertahun-usuk menjadi kanser dan pencegahan awal lebih baik," katanya.

Mengulas berkenaan simptom kanser usus besar, Pakar Perubatan Kesihatan Awam, Bahak Dr. Zainal Ariffin Omar berkata, antara tanda-tanda awal kanser kolorektal adalah perubahan tabiat membuang air besar secara tiba-tiba istu daripada setiap hari menjadi dua hari atau lebih sembilat tanpa sebab.

Symptom lain katanya, cirit-bint secara tiba-tiba lebih dua hingga tiga kali sehari, pondakan dalam najis, sakit perut dan perut berasa tidak selesa.

"Tanda lain yang agak lewat ialah seperti kurang selera makan hingga berat badan menurun serta ketidihan akibat kurang darah merah," katanya.