

# selangorkini

PERCUMA

PP 19570/07/2020 (035196)

EDISI 4 - 10 JUN 2026

mediaselangor.com

## DARI LAHIR HINGGA AKHIR HAYAT



Every Life Matters.

## KESIHATAN KELUARGA BERMULA DI SINI

Penjagaan kesihatan moden dengan akses kepada lebih **20 doktor pakar** dalam pelbagai bidang kepakaran untuk anda dan keluarga.

-  Klinik Pakar
-  Pemeriksaan Kesihatan
-  Rawatan Ibu & Anak
-  Kemudahan Hospital Moden
-  Lebih 500 Tapak Parkir



[www.selgatespecialist.com](http://www.selgatespecialist.com)



‘Dari lahir hingga akhir hayat’

# Model kesihatan bersepadu

Oleh **YASMIN RAMLAN**

**SHAH ALAM** - Selgate Corporations Sdn Bhd yang memberi penekanan kepada konsep penjagaan “dari lahir hingga akhir hayat” akan membangunkan kemudahan warga emas dalam masa tiga tahun.



“Langkah itu dibuat ekoran permintaan khidmat penjagaan warga emas yang tersusun meningkat, didorong perubahan demografi dan keperluan jangka panjang bertambah di bandar.

**DATUK NOOR HISHAM MOHD GHOUTH**  
Ketua Pegawai Eksekutif Kumpulan

Menurut Ketua Pegawai Eksekutif Kumpulannya, Datuk Noor Hisham Mohd Ghouth, ia komponen utama pembangunan prasarana akan datang bagi melengkapkan model penjagaan kesihatan bersepadu.

Katanya, langkah itu dibuat ekoran permintaan khidmat penjagaan warga emas yang tersusun meningkat, didorong perubahan demografi dan keperluan jangka panjang bertambah di bandar.

“Dalam ekosistem kami, ia bermula dari lahir hingga akhir hayat. Itulah yang sedang kami bangunkan,” katanya dalam wawancara bersama Media Selangor baru-baru ini.

Justeru, beliau memberitahu Selgate pada masa ini giat membangunkan sebuah rumah penjagaan warga emas di Sepang yang dijadual siap dalam tempoh tiga tahun.

Katanya, pembinaan tersebut sebahagian strateginya bagi membina ekosistem penjagaan kesihatan menyeluruh merangkumi klinik, farmasi, makmal, hospital dan penjagaan jangka panjang.

Menurut Noor Hisham, ekosistem berkenaan mem-

beri sokongan berterusan pada setiap peringkat kehidupan seterusnya membezakan Selgate daripada pengendali kesihatan konvensional lain.

“Ada pihak memiliki hospital sahaja manakala ada yang mempunyai ekosistem sokongan kesihatan. Kami membangunkan kedua-duanya dalam satu rangkaian yang sama,” katanya.

Beliau menjelaskan agensi bawah Perbadanan Kemajuan Negeri Selangor (PKNS) itu turut memberi tumpuan terhadap satu lagi cabaran utama sektor kesihatan iaitu masalah kekurangan jururawat.

Katanya, isu kekurangan jururawat kekal menjadi kekangan operasi utama dalam mana-mana industri penjagaan kesihatan, khususnya kapasiti hospital yang semakin berkembang.

“Doktor secara umumnya ada, tetapi untuk menangani kekurangan jururawat memerlukan pelaburan



- Selgate Corporation Sdn Bhd (SELGATE) ditubuh pada 2015
- Anak syarikat milik penuh Perbadanan Kemajuan Negeri Selangor (PKNS)
- Fokus sektor penjagaan kesihatan, pembangunan hartanah, dan kewangan
- Selgate Healthcare berperanan membantu Kerajaan Selangor urus pemberian vaksin Covid-19 termasuk Program Vaksin Selangor (Selvax) Industri
- Pusat Kesihatan Selgate dibuka di Universiti Selangor (UNISEL) pada 2022
- Kemudahan sehati ini beroperasi setiap hari untuk kemudahan Masyarakat setempat dan pelajar
- Hospital Selgate Rawang adalah hospital swasta pertama milik negeri yang dibina dengan kos kira-kira RM150 juta dan mula beroperasi pada Oktober 2025
- Hospital Selgate Rawang bakal memperkenalkan kemudahan rawatan jantung untuk kemudahan penduduk di utara Selangor
- Selain Rawang, kemudahan kesihatan sama dibina di Sepang, Setia Alam, Kuala Selangor dan Shah Alam

jangka panjang dari segi perancangan dan latihan,” katanya.

Justeru, Selgate memperkukuh kerjasama dengan pelbagai institusi latihan termasuk Universiti Selangor (UNISEL) bagi meningkatkan bilangan tenaga kerja jururawat.

Selain itu, Kerajaan Selangor pula menyediakan peruntukan RM4.7 juta tahun ini untuk menaja kira-kira 50 pelajar kejururawatan universiti itu untuk ditempatkan ke Hospital Selgate.

## Rapat jurang hospital awam-swasta

**SHAH ALAM** - Ketika kos perubatan naik hingga membebaskan orang ramai untuk mendapat rawatan kesihatan, Selgate Corporation Sdn Bhd memberi tumpuan terhadap usaha merapatkan jurang kemampuan kewangan antara penjagaan kesihatan awam dan swasta.

Menurut ketua pegawai eksekutif kumpulannya, kenaikan kos hospital swasta, premium insurans dan cabaran aksesibiliti menyebabkan jurang melebar antara pesakit yang bergantung kepada hospital kerajaan dan kelompok yang mampu memperoleh rawatan swasta.

“Kemampuan bukan sekadar menawarkan harga lebih murah. Ia mengenai memastikan perkhidmatan kesihatan berkualiti dapat diakses secara realistik oleh lebih ramai rakyat.

“Itulah jurang yang kami cuba rapatkan iaitu jurang antara mereka yang bergantung kepada hospital kerajaan dan mereka yang mampu mendapatkan akses ke hospital swasta,” kata Datuk Noor Hisham Mohd Ghouth.

Dalam wawancara bersama Media Selangor di ibu pejabat Selgate di Seksyen

14 di sini baru-baru ini, beliau berkata peningkatan kos penjagaan kesihatan antara cabaran terbesar dalam industri, khususnya apabila premium insurans terus naik.

“Hari ini, isu melibatkan hospital awam dan swasta akhirnya berkisar kepada kos. Untuk mendapat rawatan di hospital swasta, kebiasaannya orang ramai memerlukan perlindungan insurans, namun premium terus meningkat dan ramai tidak mampu menanggungnya,” katanya.

Noor Hisham juga memberitahu kesesakan di hospital kerajaan turut memperlihatkan keperluan kepada alternatif yang lebih mudah diakses dalam sistem penjagaan kesihatan negara.

“Pada akhirnya, kami mahu lebih ramai rakyat khususnya penduduk Selangor dapat mengakses perkhidmatan kesihatan swasta tanpa perlu berkompromi terhadap kualiti.

“Bukan bermaksud hospital kerajaan tidak bagus. Malah banyak hospital kerajaan sangat baik, tetapi terlalu sesak,” katanya.

Beliau menegaskan matlamat Selgate yang ditubuh pada 2015 bukan bersaing secara agresif dari segi harga, sebaliknya

“Pada akhirnya, kami mahu lebih ramai rakyat khususnya penduduk Selangor dapat mengakses perkhidmatan kesihatan swasta tanpa perlu berkompromi terhadap kualiti. Bukan bermaksud hospital kerajaan tidak bagus. Malah banyak hospital kerajaan sangat baik, tetapi terlalu sesak.”

meningkatkan aksesibiliti tanpa menjejaskan kualiti perkhidmatan kesihatan.

Bagi mengawal kos tanpa menjejaskan mutu perkhidmatan, Selgate memberi keutamaan kepada kecekapan operasi, penjagaan kesihatan pencegahan serta integrasi teknologi.

Noor Hisham berkata Selgate kini memperluas penggunaan kecerdasan

buatan (AI) dan teknologi digital dalam ekosistem penjagaan kesihatan bagi meningkatkan pengurusan pesakit serta penyampaian perkhidmatan.

Katanya, aplikasi AI diterap dalam operasi hospital dan platform digital Selgate untuk membantu proses membuat keputusan lebih pantas selain menggalakkan amalan penjagaan kesihatan pencegahan dalam kalangan pesakit.

“Peralatan kesihatan digital juga mampu membantu meningkatkan pematuhan pengambilan ubat, pengurusan temu janji serta kesedaran pesakit menerusi peringatan automatik dan ciri pemantauan kesihatan,” katanya.

Ditanya kesiapsiagaan syarikat berdepan konflik Asia Barat dan tekanan inflasi, Noor Hisham berkata permintaan terhadap perkhidmatan kesihatan kekal stabil meskipun ekonomi berdepan ketidakpastian.

“Penjagaan kesihatan bersifat kalis inflasi kerana orang ramai sentiasa memerlukan perkhidmatan kesihatan. Yang perlu kami lakukan ialah memastikan operasi kekal cekap supaya kos tidak meningkat secara berlebihan.”



Bina ekosistem kesihatan negeri

# Dari sebuah klinik, Selgate jadi peneraju

Oleh **YASMIN RAMLAN**

**SHAH ALAM** - Lebih dua dekad lalu, Selgate hanya sebuah klinik.

Kini anak syarikat Kerajaan Negeri Selangor itu menerajui ekosistem kesihatan negeri termasuk meningkatkan akses, membina prasarana dan meningkatkan kualiti penyampaian perkhidmatan.

Perjalanan Selgate bermula pada 2015, ditubuhkan bawah Perbadanan Kemajuan Negeri Selangor (PKNS) bagi meneroka perniagaan berkaitan penjagaan kesihatan.

Namun, asas penubuhannya bermula pada 2013 apabila PKNS menghimpun 11 anak syarikat untuk menilai semula hala tuju dan masa depan masing-masing. Ketika itu, Selgate belum wujud lagi.

Menurut Ketua Pegawai Eksekutif Kumpulan Selgate, Datuk Noor Hisham Mohd Ghouth, PKNS Holdings antara syarikat yang dibincang dan hampir ditutup kerana tiada kakitangan.

PKNS Holdings sebelum ini berperanan sebagai cabang pemasaran PKNS dengan menggaji tenaga kerja sektor swasta bagi melaksanakan perkhidmatan kontrak termasuk promosi dan pemasaran projek perumahan serta aset untuk jualan.

Noor Hisham diberi tanggungjawab membentangi hala tuju masa depan PKNS Holdings. Pada masa itu, PKNS Holdings berdepan pilihan sama ada ditutup atau disusun semula dengan beralih ke bidang perniagaan baharu.

Beliau mencadangkan PKNS Holdings menceburi sektor yang belum ada dalam PKNS atau Selangor iaitu bidang kesihatan, seumpama KPJ Healthcare Berhad di Johor atau KMI Healthcare di Terengganu.

“Itu cabarannya, bagaimana kita mereka bentuk sistem penjagaan kesihatan tanpa menjejaskan kualiti. Sebab itu, kami menitik berat integrasi, teknologi, penjagaan pencegahan dan kecekapan operasi.”

“Mereka mempunyai entiti yang mengurus atau menjadi penyedia penjagaan kesihatan utama bagi kerajaan negeri masing-masing. Saya rasa belum terlambat untuk Selangor memulakan langkah sama.

“Dari situ, saya mengambil inisiatif mencadangkan PKNS Holdings menceburi bidang kesihatan yang akhirnya membawa kepada penubuhan Selgate,” katanya kepada Media Selangor.

Kumpulan itu kemudian memperluas cita-citanya melangkaui operasi klinik termasuk mengambil alih dan menjenamakan semula rangkaian klinik yang kemudian dikenali sebagai Selcare Clinic.

“Ketika kami bermula, ramai meragui kemampuan kami kerana kami tiada pengalaman dalam bidang kesihatan, tiada rangkaian dan tiada rekod prestasi,” katanya.

Pada tahun-tahun awal penubuhan, tumpuan Selgate membina asas kukuh termasuk mendapat pembiayaan, membangunkan sistem operasi dan mengenal pasti aset penjagaan kesihatan untuk dikembangkan.

“Keyakinan bank sangat penting. Kami perlu membina jenama dan naratif perancangan lima hingga 10 tahun supaya institusi kewangan yakin terhadap unjuran kami,” kata Noor Hisham lagi.

Seiring perkembangan syarikat, Selgate meluaskan operasi ke arah ekosistem penjagaan kesihatan menyeluruh termasuk perkhidmatan diagnostik, bekalan farmaseutikal dan sistem sokongan penjagaan kesihatan bersepadu.

Strategi jangka panjang kumpulan itu antaranya membangunkan model bersepadu sepenuhnya yang menggabungkan klinik, hospital dan perkhidmatan sokongan kesihatan dalam satu ekosistem.

“Kami sedang membina sebuah ekosistem penjagaan kesihatan. Sebelum hospital siap dibangunkan, kami membangunkan perkhidmatan sokongan seperti farmasi, makmal dan sistem pengurusan penjagaan,” katanya.

Perkembangan Selgate turut dipandu matlamat untuk meningkatkan akses penjagaan kesihatan khususnya dalam merapatkan jurang antara perkhidmatan kesihatan awam dan swasta.

“Kami memahami rakyat memerlukan akses yang lebih cepat dan kesinambungan rawatan yang lebih baik bagi

meningkatkan pengalaman pesakit.

“Pada masa sama, mereka juga bimbang mengenai kos rawatan. Itu cabarannya, bagaimana kita mereka bentuk sistem penjagaan kesihatan tanpa menjejaskan kualiti. Sebab itu, kami menitik berat integrasi, teknologi, penjagaan pencegahan dan kecekapan operasi,” katanya.

Noor Hisham mengakui keupayaan mendapatkan rawatan pada kos berpatutan kekal cabaran utama ekoran peningkatan kos hospital swasta serta beban kewangan berkaitan akses berasaskan insurans.

“Penjagaan kesihatan swasta banyak bergantung kepada insurans dan ramai berdepan kesukaran membayar premium. Itulah jurang yang cuba kami tangani,” katanya.

“Kami sedang membina sebuah ekosistem penjagaan kesihatan. Sebelum hospital siap dibangunkan, kami membangunkan perkhidmatan sokongan seperti farmasi, makmal dan sistem pengurusan penjagaan.”

**NOVA BUSINESS HUB**  
SUNGAI BULOH

## Kedai Pejabat 3 Tingkat

**60'x130'** | Keluasan binaan daripada **5,908kps**

Unit Bumiputera Dibuka Untuk Jualan  
10% Bumiputera Diskaun

Hak milik individu

Rekaan siling 2 tingkat (setinggi 5m)

Jalan akses lebar 66 kaki

Keupayaan beban lantai sehingga 7.5kN/m<sup>2</sup>

Lif peribadi

---

**Nova Business Hub**  
Sungai Buloh (Lokasi Projek)

**1700 82 5300**  
novabusinesshub.com.my

**MALTON**

**Malton Berhad** malton.com.my

Imbas untuk maklumat lanjut

RENTAK SEJATI SDN BHD (Reg. No. 200101004169)

Rancang kewangan jangka panjang

# Pakar: Ambil insurans kesihatan waktu muda

## KEMUDAHAN PERLINDUNGAN INSURANS

**HANYA** 22 peratus penduduk di negara ini dilindungi insurans perubatan. Malah, sebahagian daripada mereka juga membatalkan polisi masing-masing ekoran kenaikan kadar premium.

Justeru, kerajaan memperkenalkan pelan insurans/takaful perubatan dan kesihatan (MHIT) asas pada kadar premium RM80 hingga RM120 sebulan bagi individu berusia 31 hingga 35 tahun.

Inisiatif itu digerakkan Kementerian Kewangan, Kementerian Kesihatan dan Bank Negara Malaysia. Pelan tersebut menyediakan had perlindungan tahunan RM100,000.

MHIT tiada kaitan produk pelaburan bagi memudahkan pemahaman pengguna terhadap pelan perlindungan perubatan dan mengurangkan kekeliruan ekoran struktur produk yang kompleks.

Dalam Kertas Putih Pelan Asas MHIT, kadar had tersebut dijangka memadai untuk menampung 99 peratus rawatan bagi pelbagai keadaan berdasarkan trend tuntutan perubatan semasa.

Pelan itu juga bukan skim insurans sosial, sebaliknya inisiatif bersifat sukarela. Premium ditanggung sepenuhnya oleh individu menggunakan pendapatan atau simpanan sendiri.

Ia dijangka berada di pasaran pada awal 2027 selepas pelaksanaan rintis pada separuh kedua tahun ini. Ia direka bentuk bagi memberi perlindungan kewangan bagi keperluan penjagaan kesihatan dan menyalur perbelanjaan swasta dengan cekap.

Pencarum Kumpulan Wang Simpanan Pekerja (KWSP) pula diberi pilihan untuk membayar premium menggunakan simpanan dalam Akaun Sejahtera. Penggunaan akaun itu sepenuhnya atas budi bicara pencarum.

Sebelum ini, Selangor menawarkan perlindungan insurans percuma dikenali sebagai Skim Insurans Hayat Selangor pada tahun 2022 dengan menyasarkan enam juta penduduk.

Kos premium ditanggung Kerajaan Negeri. Keseluruhan nilai perlindungan berjumlah RM60 bilion. Setiap individu menerima perlindungan sebanyak RM10,000 selama setahun.

Mulai 2023, skim itu dilengkapi takaful Islam. Pencarum dilindungi RM10,000 manakala waris RM1,000 jika berlaku kematian. Perlindungan RM20,000

jika berlaku nahas dan RM50 sehari jika dirawat di hospital.

Sebanyak RM998,000 tuntutan pampasan melibatkan 91 tuntutan diselesaikan Menteri Besar Selangor (Perbadanan) atau MBI setakat 2024.

Skim INSAN mencapai sasaran enam juta pemegang polisi dengan tuntutan RM1.183 juta kepada 108 penerima manakala INSAN Takaful melibatkan RM66,000 se-takat 31 Oktober 2024.

Mulai Jun 2025, program Khairat Darul Ehsan diperkenalkan bagi menggantikan skim INSAN. Program khairat itu dijangka memberi manfaat kepada 20,000 penerima.

Oleh NADIAH ZAMLUS

**SHAH ALAM** - Masyarakat disarankan mengambil insurans kesihatan pada usia muda kerana kadar premium lebih rendah ketika masih sihat, kata ketua ahli ekonomi Bank Muamalat Malaysia Berhad.

Dr Mohd Afzanizam Abdul Rashid menjelaskan langkah itu penting sebagai jaminan kewangan jangka panjang berikutan kenaikan kos rawatan perubatan yang semakin membebankan ketika ini.

Katanya, peningkatan itu juga lebih pantas berbanding kadar inflasi biasa sehingga boleh memberi tekanan besar kepada kewangan individu yang tidak memiliki perlindungan mencukupi.

"Golongan muda sebenarnya berada dalam kedudukan terbaik untuk mendapatkan perlindungan kesihatan kerana premium insurans lebih murah ketika usia muda dan sihat.

"Kebiasaannya mereka belum mempunyai penyakit tidak berjangkit seperti darah tinggi, kolesterol atau penyakit jantung, jadi risiko kesihatan dianggap lebih rendah," katanya kepada Media Selangor.

Bagaimanapun, katanya, kesihatan pada waktu ini tidak dapat menjamin masa depan berikutan perubahan gaya hidup anak muda seperti tekanan kerja dan kurang bersenam.

Dalam pada itu, Dr Mohd Afzanizam menjelaskan insurans kesihatan bukan sahaja membantu menampung kos rawatan, malah sebahagian perancangan kewangan jangka panjang.

Beliau menjelaskan ada individu terpaksa menjual aset, membuat pinjaman atau menggunakan simpanan lain termasuk dana pendidikan anak-anak bagi menampung kos rawatan.

Menurutnya, keadaan itu boleh menyebabkan tekanan emosi terutama apabila individu yang sakit kehilangan punca pendapatan dan tidak lagi mampu bekerja.

"Apabila hilang pendapatan kerana tidak dapat bekerja, risiko kewangan menjadi lebih besar dan ada yang terpaksa berhutang atau menggunakan simpanan persaraan bagi menampung kos rawatan," katanya.

Namun, beliau menasihati orang ramai meneliti beberapa perkara penting sebelum memilih pelan insurans termasuk had tahunan dan had perlindungan, jenis penyakit dan rawatan yang dilindungi serta panel hospital yang disediakan.

"Selain itu, kemampuan membayar premium dalam jangka panjang juga perlu dipertimbangkan supaya perlindungan yang diambil benar-benar sesuai kedudukan kewangan



“Apabila hilang pendapatan kerana tidak dapat bekerja, risiko kewangan menjadi lebih besar dan ada yang terpaksa berhutang atau menggunakan simpanan persaraan bagi menampung kos rawatan.”

**DR MOHD AFZANIZAM ABDUL RASHID**  
Ketua Ahli Ekonomi  
Bank Muamalat Malaysia Berhad

masing-masing," katanya.

Namun, Dr Mohd Afzanizam mengakui proses tuntutan insurans kesihatan rumit antara faktor menyebabkan tahap kesedaran masyarakat terhadap kepentingan memiliki perlindungan itu masih rendah.

Beliau memberitahu situasi tersebut menyebabkan orang ramai terutama golongan kurang berkemampuan menganggap insurans bukan keutamaan, selain dakwaan syarat perlindungan sukar difahami.

Katanya, ia turut didorong tanggapan penyakit hanya berlaku pada usia tua mengakibatkan golongan muda merasakan tiada keperluan memiliki pelan kesihatan lebih awal.

"Disebabkan itu masih ramai rakyat terutama golongan muda bergantung kepada hospital kerajaan kerana kos rawatan lebih rendah. Mereka melihat insurans bukan keutamaan kerana perlu mendahulukan keperluan asas lain," katanya.

Tegasnya, tanggapan itu perlu diubah kerana insurans menjadi pelindung terhadap ketidakpastian terutama apabila seseorang berdepan masalah kesihatan yang memerlukan rawatan kos tinggi.

Situasi itu, jelas Dr Mohd Afzanizam boleh menambah tekanan emosi terutama apabila individu terbabat kehilangan pendapatan akibat tidak dapat bekerja dalam tempoh panjang.

"Sekiranya seseorang tidak mempunyai perlindungan dan tiba-tiba ditimpa penyakit, kos rawatan perlu ditanggung sendiri dan ia boleh memberi tekanan besar kepada kewangan keluarga.

"(Justeru) apabila ada perlindungan yang sesuai, risiko kewangan dan tekanan emosi akibat kos rawatan dapat diurus dengan lebih baik," katanya lagi.



**INSAN**  
SKIM INSURANS AM SELANGOR





Hospital Selgate Rawang dilancar

# Manfaat untung demi kesihatan rakyat

Oleh **YASMIN RAMLAN**

**KERAJAAN** Negeri terus memperkukuh penglibatan dalam sektor kesihatan menerusi pembangunan ekosistem menyeluruh yang bukan sahaja tertumpu kepada hospital, tetapi juga program kesihatan komuniti dan kebajikan rakyat.

Dato' Menteri Besar berkata keuntungan daripada industri kesihatan itu perlu disalurkan semula kepada rakyat melalui pelbagai program kesihatan awam dan inisiatif kebajikan.

Menurut Dato' Seri Amirudin Shari, pendekatan itu penting bagi memastikan keseimbangan antara pengurusan industri secara profesional dan bantuan kepada golongan memerlukan.

"Kita tidak mahu berhenti sekadar menjana keuntungan daripada perniagaan kesihatan. Pulangan itu sepatutnya dikembalikan kepada rakyat menerusi program kesihatan awam," katanya.

Beliau menyempurnakan peluncuran Hospital Pakar Selgate Rawang di sini pada 22 Mei. Turut hadir Ketua Pegawai Eksekutif Kumpulan Selgate Datuk Noor Hisham Mohd Ghouth, EXCO Kesihatan Awam Jamaliah Jamaluddin dan EXCO Keusahawanan Najwan Halimi.

Amirudin berkata keuntungan masa depan daripada Selgate berpotensi digunakan bagi membiayai perkhidmatan ambulans, program rawatan komuniti, saringan kesihatan dan pelbagai inisiatif kebajikan lain.

Katanya, ia juga dapat membantu usaha pendigitalan serta integrasi ekosistem kesihatan Selangor secara lebih menyeluruh.

"Ini adalah usaha mencapai keseimbangan. Kita cuba mengimbangi antara mengurus industri secara profesional dan memastikan sokongan sampai kepada golongan berpendapatan rendah serta mereka yang memerlukan bantuan," katanya lagi.

Beliau turut menjelaskan Selangor hanya mula memberi perhatian serius kepada sektor kesihatan sekitar 2017, lewat berbanding beberapa negeri lain yang telah membangunkan hospital sendiri.

"Ini mungkin langkah yang agak lewat oleh Perbadanan Kemajuan Negeri Selangor dan negeri. Kita hanya benar-benar mula memikirkannya sekitar 2017.

"Tetapi lebih baik kita bermula lewat daripada tidak melakukannya langsung. Sekurang-kurangnya kita boleh belajar daripada pihak lain dan menambah baik apa yang ada di Selangor," katanya.

Menurut Amirudin, penglibatan Selangor dalam sektor kesihatan bukan sekadar membina hospital, malah merangkumi pembangunan rangkaian klinik, makmal, program penjagaan pencegahan, saringan kesihatan dan vaksinasi komuniti.

Beliau berkata Kerajaan Negeri juga telah melaksanakan pelbagai inisiatif kesihatan sejak 2016 termasuk program gaya hidup sihat dan Iltizam Selangor Sihat (ISS), meskipun sektor kesihatan bukan di

bawah bidang kuasa langsung negeri.

"Kita cuba membudayakan amalan hidup sihat, bukan hanya memberi tumpuan kepada rawatan," katanya yang turut mengimbuai peranan Selangor ketika pandemik Covid-19.

## Tawar rawatan jantung

Pembukaan Hospital Pakar Selgate Rawang ini menandakan satu lagi pencapaian penting dalam pengembangan rangkaian perkhidmatan kesihatannya di Selangor bawah kendalian Selgate Corporation Sdn Bhd.

Noor Hisham berkata hospital itu mencerminkan komitmen jangka panjang syarikat tersebut bersama Kerajaan Negeri dalam memperluas akses masyarakat kepada perkhidmatan kesihatan berkualiti.

"Bukan sekadar pembukaan sebuah hospital, ia melambangkan komitmen jangka panjang Selgate dan Kerajaan Selangor untuk memastikan rakyat mendapat akses kepada perkhidmatan kesihatan moden dan berkualiti yang lebih dekat dengan komuniti," katanya.

Beliau berkata Selgate kini bukan sahaja menumpukan kepada segmen penjagaan kesihatan, sebaliknya turut membangunkan ekosistem kesihatan yang lebih menyeluruh merangkumi hospital, penjagaan primer, diagnostik, farmaseutikal, kesihatan digital, perlindungan kesihatan serta perkhidmatan berasaskan komuniti.

Menurutnya, Selgate telah berkembang dengan ketara sejak penubuhannya pada 2015 apabila Kerajaan Negeri memberi kepercayaan kepada syarikat itu untuk memainkan peranan lebih besar dalam sektor kesihatan.

Beliau turut memaklumkan Hospital Pakar Selgate Rawang siap lebih awal daripada jadual selepas Selgate menggabungkan dua fasa pembangunan ketika pandemik Covid-19 bagi mempercepatkan penyampaian perkhidmatan kesihatan kepada rakyat.

Hospital berkenaan mula beroperasi secara rasmi pada Oktober 2025 dan kini menawarkan lebih 20 kepakaran serta subkepakaran yang disokong lebih 30 doktor pakar.

Menurut Noor Hisham, Hospital Pakar Selgate Rawang turut akan memperkukuh kemudahan rawatan jantung termasuk makmal kateterisasi (cath lab) menjelang hujung tahun ini bagi memperkukuh akses rawatan kardiologi di utara Selangor.

"Penyakit jantung kekal sebagai antara cabaran kesihatan utama negara. Akses kepada rawatan jantung yang berkualiti dan tepat pada masanya perlu terus diperkukuh, khususnya di utara Selangor," katanya.

Beliau turut mengumumkan perancangan Selgate untuk membangunkan pusat perkhidmatan jantung bersepadu bersama Universiti Teknologi MARA (UiTM) Sungai Buloh yang disasarkan siap menjelang akhir 2026.

Iltizam Selangor Sihat tawar banyak kemudahan

# 200,000 penduduk B40 dapat rawatan asas

Oleh SUHAILA SHAHRUL ANNUAR

**SHAH ALAM** - Kira-kira 200,000 penduduk berpendapatan rendah di seluruh negeri ini disasar menerima manfaat Iltizam Selangor Sihat (ISS) tahun ini meliputi rawatan asas dan suntikan vaksin.

EXCO Kesihatan Awam Jamaliah Jamaluddin berkata manfaat itu termasuk dialisis, rawatan pesakit dalam (hospitalisasi) dan perlindungan penyakit kritikal dengan dana keseluruhan RM20 juta.

Menurutnya, seramai 80,215 ahli aktif ISS direkod setakat 31 Mac bagi memastikan ahli menepati terma dan syarat penerima seperti golongan berpendapatan rendah merangkumi keluarga dan individu.

"Tahun-tahun sebelum ini, memang kita lebih fokus kepada klinik iaitu kita



“**Pada 2024, manfaat lain yang sangat penting ditambah iaitu hospitalisasi.**

**Pemegang kad boleh jalani rawatan bukan saja di klinik panel namun di hospital awam atau swasta yang menjadi panel kita dengan rawatan sehingga maksimum RM10,000.”**

**JAMALIAH JAMALUDDIN**  
EXCO Kesihatan Awam

memberikan RM500 kepada kategori keluarga dan RM250 bujang atau mereka yang gunakan kad itu untuk diri sendiri sahaja (untuk manfaat asas).

"Pada 2024 manfaat lain yang sangat penting ditambah iaitu hospitalisasi. Pemegang kad boleh jalani rawatan bukan saja di klinik panel namun di hospital awam atau swasta yang menjadi panel kita dengan rawatan sehingga maksimum RM10,000," katanya.

Jamaliah menjelaskan bantuan tersebut membantu mengurangkan beban kos rawatan golongan berpendapatan rendah, selain mengurangkan kesesakan di hospital kerajaan.

Beliau menambah pemegang kad ISS juga hanya perlu membayar sebahagian kecil kos rawatan kerana Kerajaan Negeri menanggung subsidi sehingga RM70 bagi setiap rawatan di klinik panel.

"Pada mereka ia sangat baik dan mengurangkan beban terutama yang

berpendapatan rendah. ISS ini sekali gus membantu mengurangkan kesesakan di hospital kerajaan.

"Contohnya, bagi pembedahan katarak atau rawatan yang memerlukan pesakit berada di hospital, tetapi tidak dalam keadaan yang terlalu serius," katanya.

Sebelum ini, Dato' Menteri Besar berkata ISS salah satu program utama negeri bagi membantu rakyat kurang berkemampuan menampung kos perubatan yang semakin meningkat.

Menurut Dato' Seri Amirudin Shari, program itu membolehkan rakyat Selangor menerima bantuan rawatan asas secara percuma, termasuk manfaat perlindungan kematian dan penyakit kritikal.

Pada 2025, Selangor mengembangkan manfaat hospitalisasi ISS meliputi rawatan dialisis secara percuma sehingga tiga bulan dengan had RM10,000.

## FAKTA BANTUAN SIHAT SELANGOR

Bantuan Sihat Selangor (BSS) salah satu program kesihatan awam Kerajaan Negeri yang membantu ramai penduduk Selangor yang kurang berkemampuan sejak diperkenalkan pada 2017. Individu yang berpendapatan bulanan kurang RM3,000 menerima bantuan kewangan sehingga RM5,000 tertakluk jenis kategori bantuan. Berikut jenis bantuan berkenaan:

### KATARAK MATA

- Bantuan pembelian kanta & pembedahan katarak sehingga RM1,200
- Kanta mata dibekal hospital tempat pesakit menerima rawatan atau farmasi terpilih yang menawarkan harga pasaran terendah



### PEMBEDAHAN KECIL

- Bantuan untuk pembedahan kecil sehingga RM 5,000
- Bantuan merangkumi kos pembedahan atau pembelian peralatan ataupun kedua-duanya sekali yang dijalankan di hospital kerajaan



### PROSTETIK (KAKI PALSU)

- Bantuan membeli kaki palsu sehingga RM 5,000
- Permohonan untuk pembelian peralatan ataupun kos rawatan pesakit
- Membantu orang kurang upaya (OKU) yang tidak mampu untuk membeli peralatan seperti kaki palsu yang disyor pakar perubatan



### LAIN-LAIN

- Bantuan dan kemudahan rawatan perubatan sehingga RM 5,000
- Bantuan peralatan dan lain-lain rawatan di hospital kerajaan



### TIBI

- Bantuan dan kemudahan rawatan penyakit sehingga RM 800
- Termasuk dalam program Insentif Rawatan Tibi Negeri Selangor
- Mendapat rawatan di hospital kerajaan/klinik kesihatan/pusat perubatan swasta di Selangor atau Institut Perubatan Respiratori
- Sedang menerima rawatan secara aktif



Setakat 31 Disember 2025, BSS memberi manfaat kepada lebih 25,000 pesakit mengurangkan bebanan kos untuk mendapat rawatan kesihatan berkualiti

## FAKTA ILTIZAM SELANGOR SIHAT

Merupakan inisiatif bertujuan menyediakan akses merangkumi rawatan asas, vaksinasi, manfaat hospitalisasi dan dialisis yang berkualiti dan berkesan kepada golongan berpendapatan rendah (B40) di Selangor

Melalui pemberian bantuan sehingga RM500 setahun bagi rawatan asas dan vaksinasi serta sehingga RM10,000 setahun bagi manfaat hospitalisasi dan dialisis, program ini memberi manfaat kepada lebih 90,000 orang penerima dan hampir 150,000 ahli keluarga berdaftar. Usaha tersebut mengurangkan beban kewangan B40 untuk memperoleh perlindungan kesihatan berkualiti secara menyeluruh. Berikut golongan sasaran:

### PELAN KELUARGA

Pemohon berpendapatan bulanan isi rumah tidak melebihi RM3,000 dan mempunyai keluarga serta tanggungan berusia 21 tahun (pelajar) ke bawah

### PELAN INDIVIDU

Pemohon berpendapatan bulanan tidak melebihi RM2,000 ke bawah/pemegang kad OKU/warga emas (umur 65 tahun ke atas)

- Pemohon adalah pemilih/pengundi di Selangor
- Lahir atau bermastautin di Selangor lebih 10 tahun

### SKIM ILTIZAM SELANGOR SIHAT PENJAWAT AWAM

Membantu penjawat awam Kerajaan Negeri Gred 44 dan ke bawah untuk menerima rawatan dan perubatan daripada hospital dan klinik swasta. Kos tersebut dibiayai Kerajaan Selangor sehingga RM10,000 setahun untuk seorang. Untuk pesakit luar, seseorang individu memperoleh RM250 setahun.

Program ini dijalankan mulai 2018 hasil peruntukan RM3 juta yang memberi manfaat kepada 10,000 penjawat awam.



### SKIM RAWATAN JANTUNG

Salah satu inisiatif Kerajaan Selangor bagi membantu golongan berpendapatan isi rumah RM8,000 ke bawah dengan menawarkan khidmat rawatan percuma mengikut syarat tertentu.

Ia mendapat kerjasama beberapa hospital panel yang dilantik iaitu Institut Jantung Negara (IJN), Cardiac Vascular Sentral Kuala Lumpur (CVSKL), UiTM Private Specialist Centre, Sungai Buloh (UiTMPSC) dan Pusat Perubatan Sunway, Bandar Sunway (SMC)

Ada tiga kategori bantuan disediakan meliputi saringan (had RM5,000), pembedahan (had RM50,000) dan rawatan susulan (had RM10,000)

Program tersebut dikendalikan Selgate Corporation Sdn Bhd (Selgate) melalui anak syarikatnya iaitu Selcare Management Sdn Bhd (Selcare)

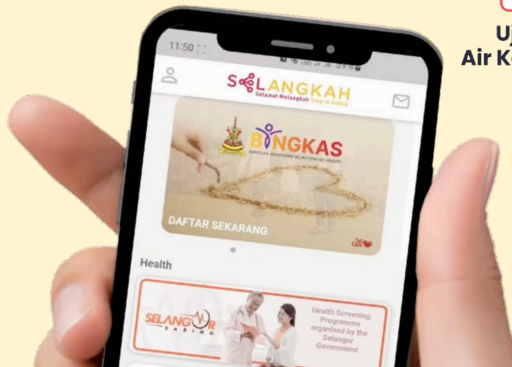


ILTIZAM SELANGOR SIHAT



- Diperkenal pada 2022 untuk mengesan penyakit awal dalam kalangan penduduk Selangor secara percuma
- Sejumlah RM3.4 juta disediakan demi manfaat 39,000 penduduk Selangor terutama golongan berisiko
- Tumpuan saringan ialah pemeriksaan fizikal, darah, air kencing, mata, pangkal rahim, prostat dan payudara. Pendaftaran menerusi aplikasi SELangkah
- Individu berisiko hidap penyakit berbahaya selepas saringan akan dirujuk ke klinik atau hospital
- Kira-kira 45,000 individu menyertai program tersebut dalam fasa pertama pelaksanaannya
- Saringan diperluas kepada pemeriksaan telinga, gigi dan perkhidmatan fisioterapi pada Februari 2023 melalui peruntukan RM2.6 juta
- Seramai 3,867 individu menerima manfaat pemeriksaan kesihatan gigi setakat 31 Oktober 2024
- Peruntukan RM2.5 juta disediakan dalam Belanjawan 2026 diperuntuk Selangor Saring dan Selangor Kanser
- Saringan terkini antaranya fizikal, ujian darah dan air kencing, swab pangkal rahim, ujian prostat, mammogram, pemeriksaan mata, gigi, telinga, fisioterapi, serta ujian darah okult najis imunokimia (iFOBT)

## FAKTA SELANGOR SARING



Sasar 8,000 penduduk berpendapatan rendah

# Saringan percuma kesan awal penyakit kronik

Oleh SUHAILA SHAHRUL ANNUAR

**SHAH ALAM** - Sekurang-kurangnya 8,000 rakyat Selangor dijangka menjalani saringan kesihatan percuma tahun ini untuk mengesan awal penyakit serius, termasuk barah dan penyakit tidak berjangkit (NCD).

EXCO kesihatan awam berkata inisiatif menerusi Selangor Saring di lebih 40 lokasi seluruh negeri menangani kebimbangan lewat mengesan penyakit kronik kerana kurang menjalani pemeriksaan berkala.

"Kalau mengikut piawaian doktor ataupun Kementerian Kesihatan, kita sepatutnya menjalani saringan kesihatan setahun sekali, namun tidak ramai yang melakukannya mungkin kerana bebanan kos.

"Jadi apa yang kita cuba lakukan adalah menggalakkan warga Selangor mempunyai budaya menjalankan saringan kesihatan satu kali setiap tahun," kata Jamaliah Jamaluddin.

Jelasnya, antara penyakit kerap dikesan ialah diabetes, darah tinggi, kolesterol, masalah buah pinggang kronik selain pelbagai jenis barah termasuk prostat, pangkal rahim, kolorektal dan payudara.

Dalam pada itu, beliau berkata saringan turut tertumpu kepada warga emas dengan penilaian kesihatan lebih khusus sebagai persediaan Selangor menghadapi masyarakat menua.

Diperkenal pada tahun lalu, Jamaliah menjelaskan inisiatif berkenaan penting bagi memastikan golongan tersebut kekal sihat, aktif dan menikmati kehidupan berkualiti.

"Saringannya agak berbeza, tidak seperti biasa. Contohnya dalam satu minit berapa jauh mereka boleh berjalan, kekuatan genggam tangan dan tahap kecergasan mereka.

"Apa yang dilakukan Kerajaan Negeri adalah memastikan kesihatan rakyat daripada pelbagai latar belakang dan peringkat umur terus dijaga supaya mereka dapat hidup lebih berkualiti," katanya.

Sebanyak RM2.5 juta diperuntuk dalam Belanjawan Selangor 2026 bagi meneruskan program Selangor Saring yang menyediakan kemudahan ujian kesihatan percuma kepada rakyat.



**Kalau mengikut piawaian doktor ataupun Kementerian Kesihatan, kita sepatutnya menjalani saringan kesihatan setahun sekali, namun tidak ramai yang melakukannya mungkin kerana bebanan kos.**

## Didik penduduk peka gejala awal

**SHAH ALAM** - Selangor Saring yang menawarkan pemeriksaan percuma kepada segenap lapisan usia tanpa mengira kaum mendidik pengunjung peka terhadap gejala awal penyakit.

Noraliza Mohd Ali, 52, berkata program berkenaan memberi peluang kepada golongan ibu untuk menjalani pemeriksaan kesihatan yang sering tertangguh lantaran komitmen keluarga.

"Inisiatif yang baguslah sebab untuk kita yang macam mak-mak ini, kita jarang pentingkan diri kita, kita lebihkan keluarga.

"Sebab selama ini kita fikirkan kalau kita tak sakit, kita tak payah pergi. Jadi bila buat pada hari hujung minggu macam ini, kita ada masa untuk pergi," katanya.

Mustatha Md Sharif, 67, yang pertama kali menyertai program sedemikian pula menganggap pemeriksaan berkala penting untuk mengesan penyakit, lebih-lebih lagi apabila usia meningkat.

"Kita buat saringan untuk tentukan tahap kesihatan kita. Sebaik-baiknya kita buat saringan berkala, jadi apa-apa masalah pada diri kita, kita tahu sebelum ia jadi kritikal," katanya.

Lim Teck Heng, 65, pula memberitahu kehadiran ramai petugas kesihatan sepanjang program tersebut memudahkan beliau un-

tuk melakukan pemeriksaan tanpa sebarang kos.

"Ini (Selangor Saring) banyak pekerjalah. Jadi saya tengok kita punya kerajaan sangat baik. Dia jaga ramai orang.

"Kalau setiap tahun ada, ini sangat bagus sebab kita boleh beritahu kita punya saudara ke kawan baik ke. Kalau kita pergi itu luar (swasta) bukan senang," katanya.

Menurut Izzah Amira, 33, yang hadir menjalani prosedur mamogram berkata proses itu mendorongnya berfikir jika beliau ada simptom penyakit tertentu atau sebaliknya.

"Jadi bila awak buat saringan berkala setiap enam bulan, awak boleh tahu (kalau) awak sakit dan boleh dapatkan rawatan awal," katanya.

Mereka ditemui di Dewan Kenanga Seksyen 28 di sini baru-baru ini dalam program Selangor Saring peringkat Dewan Undangan Negeri (DUN) Kota Kemuning.

Sementara itu, Setiausaha Kehormat Ahli Majlis Bandaraya Shah Alam (MBSA), Roslan Jamil memaklumkan program tersebut tahun ketiga pemeriksaan secara percuma dijalankan.

"Selgate buat untuk semua DUN di Selangor dan program Selangor Saring ini penuh dari Januari sampai Disember untuk 56 DUN," katanya.



Oleh **SOFIA NASIR & ADAM AZMAN**

Elak beli pada harga tinggi

# Pakar cadang tubuh bank tanah

**SHAH ALAM** - Cadangan penubuhan bank tanah bagi pembangunan kemudahan awam antara langkah strategik untuk menjamin ketersediaan tapak, sekali gus memenuhi keperluan pada masa depan.

Pakar Perlembagaan, Datuk Dr Wan Ahmad Fauzi Wan Hussain berkata ia perancangan pembangunan setempat dengan lebih sistematik, mengelakkan pembelian tanah pada kos tinggi dan memastikan rakyat mendapat manfaat berterusan.

"Kerajaan boleh mewujudkan wakaf tanah dan pertukaran tanah (land swap) secara sukarela berdasarkan nilai semasa yang fleksibel) dan wakaf tunai untuk mendapatkan lokasi tanah yang sesuai.

"Di samping itu, polisi baru bagi pembangunan projek perumahan baharu boleh dilihat sama. Saya percaya, mungkin terdapat tanah yang statusnya kembali kepada baitulmal, pemegang amanah raya dan tuan punya tidak lagi meninggalkan waris.

"Carian perlu dibuat untuk mengemukakan pelbagai kaedah penyelesaian demi masalah rakyat. Malah mungkin ada tanah wakaf yang boleh disewakan untuk fasiliti awam," katanya kepada Media Selangor.

Beliau mengulas cadangan pembi-

naan Hospital Petaling Jaya yang sebelum ini berdepan cabaran berikutan kekangan lokasi dan tapak strategik dalam daerah berkepadatan tinggi itu.

Dr Wan Ahmad Fauzi menjelaskan penyediaan dan pembiayaan kemudahan awam tanggungjawab penuh kerajaan Persekutuan manakala Kerajaan Negeri perlu menyediakan tanah dan 'facility community'.

Katanya, tiada pertindihan kuasa berlaku, sebaliknya agihan tanggungjawab dan bidang kuasa diwujudkan bagi membentuk sebuah kerajaan pusat yang kuat demi memelihara kepentingan negeri.

"Tanah adalah hak negeri dan pengu-  
rusannya juga bawah bidang kuasa ne-



**Penyediaan dan pembiayaan kemudahan awam tanggungjawab penuh kerajaan Persekutuan manakala Kerajaan Negeri perlu menyediakan tanah dan 'facility community'. Tiada pertindihan kuasa berlaku, sebaliknya agihan tanggungjawab dan bidang kuasa diwujudkan bagi membentuk sebuah kerajaan pusat yang kuat demi memelihara kepentingan negeri."**

**DATUK DR WAN AHMAD FAUZI WAN HUSSAIN**  
Pakar Perlembagaan

geri, maka pastinya keperluan penye-  
larasan bagi tindakan perancangan, pelak-  
sanaan dan kesempurnaan projek awam  
wujud dalam semangat federalisme.

"Penyelarasan tersebut perlu berlaku  
antara Persekutuan dan negeri kerana  
masing-masing mempunyai bidang kua-  
sa masing-masing sesuai dengan karekter  
federalisme," katanya.

Cadangan pembinaan Hospital Peta-  
ling Jaya sebelum ini menimbulkan po-  
lemik di media sosial ekoran ketiadaan  
hospital awam di kawasan berkepadatan  
tinggi itu.

Pada 27 Mei, Kementerian Kesihatan  
mengumumkan tapak kompleks sukan,  
X Park PJ South di Taman Medan yang  
berkeluasan enam hektar sebagai lokasi  
cadangan pembinaan hospital berkenaan.

Dato' Menteri Besar Dato' Seri Amirudin  
Shari berkata Kerajaan Negeri menyam-  
but baik cadangan pembinaan hospital  
yang akan dibina berkonsep vertikal dan  
mampu menampung kapasiti 500 katil.

Untuk rekod, konsep vertikal sama  
dilaksanakan di Hospital Ampang tanpa  
perlu bergantung kepada tanah yang ter-  
lalu luas sekali gus mengoptimumkan kos  
operasi Kementerian Kesihatan.

## APA KATA PENDUDUK?

**Rata-rata penduduk setempat menyambut baik cadangan untuk membina hos-  
pital awam berbentuk vertikal di bandar raya itu.**

**Mereka juga berharap kerajaan mengambil iktibar kelemahan di kemudahan  
kesihatan lain antaranya masalah kekurangan parkir dan kecekapan operasi  
termasuk pengurusan pesakit.**



"Hospital awam di Petaling Jaya idea yang baik kerana pen-  
duduk mempunyai kemudahan rawatan lebih dekat sama ada  
bagi kes kritikan atau tidak kritikan. Jika hospital vertikal dibina,  
pasukan reka bentuk perlu memanfaatkan sepenuhnya tanah  
yang ada serta memastikan kemudahan parkir dan akses yang  
lancar untuk semua pengguna."

**Adam Harith Zainal Abidin, 25, Jurutera saluran paip**

"Sekarang masa yang sesuai untuk membina hospital awam  
di Petaling Jaya. Kos rawatan semakin meningkat dan jumlah  
penduduk juga bertambah, jadi penduduk memerlukan akses  
yang lebih baik kepada perkhidmatan kesihatan. Penduduk tidak  
sepatutnya perlu ke daerah lain hanya untuk mendapatkan rawatan  
atau menjalani pemeriksaan kesihatan rutin."

**Derrick Tanggapan, 41, Pengarah Lembaga  
Pembangunan Pelaburan Malaysia (MIDA)**



"Jika hospital ini dibina, jumlah parkir perlu ditambah. Ketika  
ini pun sukar mencari parkir berhampiran klinik dan kemudahan  
kesihatan di kawasan ini terutama bagi pesakit yang mempunyai  
masalah pergerakan serta pengguna kerusi roda."

**Izzaty Natasya, 28, Penjaga kedai buku**

## KRONOLOGI CADANGAN BINA HOSPITAL PETALING JAYA

Petaling Jaya yang berkeluasan kira-kira 97.2 km persegi dan dihuni 800,000 orang adalah bandar raya paling pesat serta kedua terbesar di Selangor. Bandar raya itu terletak dalam daerah Petaling yang memiliki kepadatan daerah tertinggi di Malaysia iaitu 2.3 juta orang. Bertitik tolak daripada itu, Kerajaan Negeri menyegerakan usaha Hospital Petaling Jaya yang menjadi sebahagian perancangan pentadbiran Pakatan Harapan (HARAPAN) di Selangor. Berikut urutan peristiwa:

### • SIDANG DEWAN UNDANGAN NEGERI (DUN) 2015

Rancang bina hospital awam di Petaling Jaya melalui Rancangan Tempatan Petaling Jaya 2 Majlis Bandaraya Petaling Jaya (MBPJ). Kerajaan Negeri cadangkan tapak seluas 15 ekar di Blok Perancangan Kecil 2.5, Mukim Bandar Sunway, Petaling Jaya.

Unit Perancang Ekonomi Negeri (JPEN) kemuka surat kepada Kementerian Kesihatan Malaysia (KKM) untuk maklumkan cadangan berkenaan dan menerima maklum balas baik.

### • USAHA TERGENDALA

Cadangan bina Hospital Petaling Jaya digerakkan secara serius pada 2018 sejurus HARAPAN mengambil alih pentadbiran persekutuan. Namun, ia terganggu koran perubahan politik dan pandemik Covid-19.

### • 25 JUN 2025

Datuk Bandar Petaling Jaya Dato' Mohamad Zahri Samingon memaklumkan sebuah hospital kerajaan akan dibina di Petaling Jaya. Beberapa lokasi dikenal pasti dan hanya menunggu ulasan Jabatan Kesihatan Negeri Selangor dan pejabat tanah Petaling.

### • 27 MEI 2026

KKM umum tapak seluas enam hektar di Taman Medan yang kini menempatkan kompleks sukan untuk membina hospital awam. Menurut Menteri Kesihatan Datuk Seri Dr Dzulkefly Ahmad, mesyuarat teknikal antara KKM dan Kerajaan Negeri mengenal pasti kompleks sukan, X Park PJ South sebagai lokasi untuk membina kemudahan itu.

### • 27 MEI 2026

Kerajaan Selangor dan KKM mencapai persetujuan bagi membina Hospital Awam Petaling Jaya yang memuatkan 500 katil untuk menampung keperluan penduduk Petaling Jaya-Subang Jaya-Puchong.

### • 29 MEI 2026

Dato' Menteri Besar Dato' Seri Amirudin Shari berkata keperluan membina hospital awam baharu lebih mendesak di Petaling Jaya ekoran kepadatan penduduk tinggi di kawasan tersebut termasuk Old Town dan Taman Medan.

# Talasemia ujian seumur hidup

Oleh DEWI ABDUL RAHMAN

Ramai pasangan di Malaysia mengambil berat saringan HIV sebelum berkahwin. Namun tidak ramai yang memberi perhatian kepada satu lagi ujian yang tidak kurang pentingnya iaitu talasemia.

Penyakit genetik itu boleh diwarisi anak-anak dan memberi kesan sepanjang hayat kepada pesakit serta keluarga mereka. Lebih membimbangkan, kebanyakan pembawa talasemia tidak menunjukkan sebarang gejala.

Akibatnya, ramai hanya mengetahui status mereka selepas berkahwin atau ketika menantikan kelahiran cahaya mata.

Penyanyi terkenal Shila Amzah antara individu yang melalui pengalaman tersebut. Pelantun lagu Patah Seribu itu mengakui tidak pernah menyangka dirinya pembawa talasemia sehinggalah pemeriksaan ketika hamil.

Pengalaman melihat sendiri kesan penyakit itu dalam keluarganya, termasuk kehilangan seorang sepupu akibat talasemia major, menjadikan beliau individu yang lantang menggesa masyarakat menjalani saringan awal.

Menurut Shila atau nama sebenarnya Nurshahila Amir Amzah, status kesihatan diri harus menjadi perkara asas sebelum seseorang melangkah lebih jauh dalam sesebuah hubungan.

“Selepas saya tahu saya pembawa talasemia, bila saya nak berkawan dengan seseorang termasuk suami saya sekarang, Ubai, saya memang terus tanya dahulu.

“Awak tahu tak apa-apa pasal talasemia? Saya tanya secara rawak walaupun masa itu kami masih peringkat berkawan lagi,” katanya kepada Media Selangor.

Walaupun pertanyaan sedemikian mungkin kedengaran janggal ketika hubungan masih peringkat awal, beliau menyifatkan langkah itu penting untuk memahami risiko yang mungkin dihadapi anak-anak pada masa depan.

“Kadang-kadang bila kita dah bercinta dan terlalu sayang, kita tak fikir semua ini. Sebab itu saya rasa perkara pertama yang penting bila dah tahu status diri sendiri adalah cuba ambil tahu juga tentang pasangan atau orang yang

kita rapat,” ujarnya.

Menurut wanita berusia 36 tahun itu, keluarganya sendiri ada sejarah talasemia iaitu bapa dan ibu saudaranya pembawa penyakit tersebut.

“Saya tengok sendiri macam mana makcik saya jaga anak-anak yang ada talasemia. Ada yang perlu jalani transfusi (pemindahan) darah dan doktor pernah cakap anak itu mungkin tidak panjang umur,” katanya.

Shila hanya mengetahui dirinya pembawa talasemia selepas menjalani pemeriksaan ketika hamil apabila bacaan hemoglobin (HB) terlalu rendah.

“Doktor suruh buat ujian sebab darah HB saya sangat rendah, lepas itu baru saya tahu saya pembawa. Saya memang aktif dan hidup macam biasa. Saya tak sangka benda ini jadi serius,” kongsi.

Keadaan kesihatannya menjadi semakin teruk ketika hamil sehingga memerlukan rawatan lanjut termasuk tambahan darah sebanyak tiga pain ketika kecemasan.

“Bila lalui sendiri, baru saya faham benda ini memang serius dan bukan sekadar kurang darah biasa,” katanya.

“Selepas saya tahu saya pembawa talasemia, bila saya nak berkawan dengan seseorang termasuk suami saya sekarang, Ubai, saya memang terus tanya dahulu. Awak tahu tak apa-apa pasal talasemia?”

SHILA AMZAH

Pemenang Asia Wave di China pada 2012 itu berharap kesedaran mengenai talasemia dipertingkat sama seperti saringan HIV yang kini dianggap normal sebelum berkahwin.

“Macam kalau kahwin kena buat HIV, itu benda normal. Sekarang talasemia pun kena dibuat dengan lebih meluas. Terutama bagi mereka yang hendak berkahwin. Orang yang belum berkahwin pun kena pastikan dan ambil tahu sebab

kadang-kadang ibu bapa sendiri tak tahu mereka pembawa,” pesannya.

## Tahu selepas kahwin

Sementara itu, pakar perunding Hematologi dan Perubatan Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM) berkata ramai hanya mengetahui mereka pembawa talasemia selepas berkahwin atau semasa hamil kerana kebanyakan pembawa tidak menunjukkan simptom jelas.

Menurut Prof Madya Dr Nor Rafeah Tumian, pembawa selalunya kelihatan sihat dan menjalani kehidupan normal tanpa memerlukan rawatan khas seperti pesakit talasemia major.

“Tetapi jika kedua-dua pasangan adalah pembawa, anak mereka mempunyai 25 peratus kemungkinan menghidap talasemia major, 50 peratus menjadi pembawa dan hanya 25 peratus dilahirkan normal,” katanya.

Pesakit talasemia major memerlukan transfusi darah berkala sepanjang hayat untuk memastikan mereka terus hidup dan membesar seperti biasa.

“Kalau tidak menerima transfusi darah, mereka akan sentiasa pucat, letih, tidak bermaya dan sukar menjalani kehidupan normal,” katanya.

Namun, transfusi darah yang kerap boleh menyebabkan pengumpulan zat besi berlebihan yang berisiko merosakkan organ penting seperti jantung dan hati, sekali gus memerlukan rawatan tambahan dikenali sebagai ‘iron chelation’.

“Sebab itu saringan awal sangat penting supaya pasangan tahu risiko sebelum berkahwin dan dapat membuat perancangan lebih awal.

“Kalau kedua-dua pasangan pembawa, sekurang-kurangnya mereka tahu pilihan yang ada termasuk pemantauan awal dan teknologi perubatan yang boleh membantu mengurangkan risiko bayi dilahirkan dengan talasemia major,” katanya.

Usaha meningkatkan kesedaran mengenai talasemia perlu diperkasa kerana penyakit itu bukan sahaja menjejaskan pesakit, malah memberi kesan besar terhadap masa depan seluruh keluarga.

“Ini bukan masalah jangka pendek kerana pesakit talasemia major memerlukan rawatan berterusan sehingga akhir hayat. Sebab itu kita mahu elakkan generasi seterusnya daripada terus berdepan penyakit yang bergantung kepada transfusi darah sepanjang hidup,” katanya.



## FAKTA TALASEMIA

- Tinjauan Global Burden of Disease 2021 mendapati seramai 1.31 juta individu di seluruh dunia menghidap talasemia teruk manakala 358 juta lagi merupakan pembawa talasemia. Penyakit itu menyebabkan 11,100 kematian setiap tahun
- Seramai 57,910 daripada 2.12 juta murid di Malaysia yang menjalani saringan dikenal pasti pembawa talasemia. Saringan melibatkan pelajar tingkatan empat sejak 2016

- Kementerian Kesihatan sasar pengurangan kelahiran baharu talasemia sekurang-kurangnya 50 peratus dalam 10 tahun
- Kadar kekerapan pembawa talasemia tertinggi direkod dalam kalangan masyarakat Melayu, diikuti Kadazan Dusun dan Cina
- Anggaran kos sepanjang hayat bagi setiap pesakit yang bergantung kepada pemindahan darah, bermula dari usia kanak-kanak hingga 40 tahun hampir RM3 juta



# Kaki palsu mesra ibadah

Oleh **SOFIA NASIR**  
Foto **FIKRI YUSOF**

**K**ehilangan anggota badan seperti kaki antara ujian besar yang mampu mengubah keseluruhan kehidupan seseorang.

Bukan setakat kesan fizikal, proses penerimaan diri serta penyesuaian mental juga bukan mudah. Terpaksa pula menjalani kehidupan norma baharu yang mencabar.

Penggunaan kaki palsu pula memberi harapan baharu untuk bergerak lebih bebas. Pun begitu, pemakainya berdepan cabaran fizikal dan psikologi seperti kesakitan atau tanggapan sosial yang boleh menjejaskan keyakinan diri.

Menyedari hakikat itu, profesor dan pakar perunding kanan Ortopedik di Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM) mencipta kaki palsu lebih ringan dan fleksibel bagi mengembalikan semangat serta kehidupan pesakit.

Inovasi Prof Dr Mohd Yazid Bajuri juga mendapat pengiktirafan Pertubuhan Harta Intelek Dunia (WIPO) yang mengesahkan ia satu-satunya kaki palsu mesra muslim melalui ciri-ciri dinamik seumpamanya di dunia.

Ilham mencipta 'MyB Prosthetic Limb' lahir daripada pengalaman 17 tahun sebagai pakar merawat pesakit yang menjalani amputasi, khususnya akibat kencing manis atau diabetes.

"Permulaan inovasi ini bermula pada 2018. Ketika itu saya lihat pesakit saya mengalami masalah menggunakan kaki palsu terutama ketika mahu menunaikan solat dan duduk di lantai.

"Dari situ juga mereka cerita tentang berat dan aksesibiliti atau capaian ketika memakai kaki palsu. Jadi, saya bersama rakan lain cuba dapatkan idea untuk ubah



“Malah, versi terbaharu yang kami hasilkan kini turut dilengkapi ciri kalis air yang membolehkan pengguna mengambil wuduk tanpa perlu menanggalkan kaki palsu.”

**PROF DR MOHD YAZID BAJURI**  
Profesor dan Pakar Perunding Kanan Ortopedik UKM

suai kaki palsu supaya jadi lebih ringan,” katanya kepada Media Selangor.

Beliau bersama rakan penyelidikannya, masing-masing mengeluarkan modal sendiri kira-kira RM15,000 hingga RM20,000 untuk membangunkan prototaip awal.

Kejayaan menghasilkan prototaip dalam tempoh setahun itu melayakkan pasukan penyelidikannya menerima geran Kementerian Sains, Teknologi dan Inovasi (MOSTI) serta UKM.

Kaki palsu itu kemudian melalui pelbagai peringkat tahap kesiapsediaan teknologi (TRL) sebelum mencapai tahap tertinggi. Ia bersedia untuk dikomersial mulai 2025.

“Inovasi itu mula digunakan pesakit seawal 2021 menerusi program pengesahan pasaran, dengan kira-kira 40 pesakit telah menerima manfaat sepan-

jang tempoh percubaan.

“Ujian itu dijalankan di beberapa hospital termasuk Hospital UKM, Hospital Melaka, Hospital Sultan Ismail di Johor Bahru serta beberapa hospital di Pantai Timur,” katanya.

Teknologi itu juga memiliki reka bentuk fleksibel dengan mekanisme buku lali sehingga 180 darjah, sekali gus berupaya membantu pesakit melakukan pergerakan rukuk dan sujud dengan lebih stabil.

Menurut anak kelahiran Batu Pahat, Johor itu, inovasi tersebut bukan sahaja membantu umat Islam, malah digunakan masyarakat bukan Islam bagi melakukan senaman seperti yoga atau sekadar duduk di lantai.

“Malah, versi terbaharu yang kami hasilkan kini turut dilengkapi ciri kalis air yang membolehkan pengguna mengambil wuduk tanpa perlu menanggalkan kaki palsu.

“Dari segi berat, kaki palsu kami hanya seberat kira-kira 2.2 hingga 2.5 kilogram (kg), jauh lebih ringan berbanding kaki palsu konvensional yang biasanya mempunyai berat melebihi 3 kg,” katanya.





“**Dari segi berat, kaki palsu kami hanya seberat kira-kira 2.2 hingga 2.5 kilogram (kg), jauh lebih ringan berbanding kaki palsu konvensional yang biasanya mempunyai berat melebihi 3 kg.**”

ic Limb' menerima pelbagai pengiktirafan nasional dan antarabangsa dan dimanfaatkan pesakit dari pelbagai latar belakang.

“Momen paling menyentuh hati bagi saya adalah apabila seorang pesakit warga emas menangis selepas berjaya sujud buat pertama kali sejak kehilangan kaki.

“Beliau kata mahu cuba sujud. Bila dia berjaya, dia menangis. Dia kata sudah lama rasa rindu hendak sujud. Masa itu saya sendiri rasa sangat sebak dan tersentuh,” kata Prof Dr Mohd Yazid.

Kaki palsu rekaannya hanya boleh dipakai selepas pesakit menjalani proses penilaian secara menyeluruh manakala tempahan disiapkan dalam masa tiga hari.

Semua proses tempahan disiapkan sendiri pihaknya di Hospital Canselor Tuanku Muhriz (HCTM) dan dijual pada harga 30 peratus lebih rendah berbanding jualan kaki palsu konvensional di pasaran.

“Tidak semua pesakit boleh gunakan kaki palsu mesra solat ini kerana kita perlu lihat, sebagai contoh jika pesakit ada masalah jantung atau tidak dan sebagainya.

“Kalau berminat, boleh jumpa saya di HCTM dan perlu jalani proses penilaian rapi kerana ini amat penting untuk pesakit. Kalau ada pesakit yang terdiri daripada golongan asnaf juga, insya-Allah kita cuba bantu,” katanya.

Pada awalnya, Prof Dr Mohd Yazid mengakui cabaran menghasilkan inovasi kaki palsu antaranya faktor kekangan kewangan tetapi beliau sentiasa memandang setiap halangan sebagai sesuatu yang positif.

#### Sujud pertama kali

Sehingga kini, inovasi 'MyB Prosthet-

## SEJARAH KAKI PALSU

- **950–710 SM (Mesir Purba):** Ibu jari kaki palsu diperbuat daripada kayu dan kulit untuk membantu berjalan
- **300 SM (Rom Purba – Capua Leg):** Kaki palsu gangsa dengan teras kayu dicipta menggantikan kaki yang hilang akibat peperangan
- **Abad ke-2 SM:** Tangan besi digunakan tentera Rom untuk memegang perisai dan senjata
- **Zaman Pertengahan:** Kaki palsu diperbuat daripada kayu dan besi, lebih tahan lasak untuk kegunaan tentera tetapi berat dan kurang selesa
- **Abad ke-16 (Era Ambroise Paré):** Kaki palsu mula ada sendi lutut boleh gerak dan sistem tali sokongan untuk keselesaan pengguna
- **Abad ke-18:** Penggunaan engsel dan mekanisme pergerakan yang lebih fleksibel diperkenalkan
- **Abad ke-19 (Revolusi Industri):** Bahan seperti aluminium, getah dan keluli ringan digunakan bagi menghasilkan kaki palsu lebih ringan
- **Awal abad ke-20:** Reka bentuk kaki palsu menjadi lebih ergonomik dan menyerupai bentuk kaki sebenar
- **Selepas Perang Dunia 2:** Teknologi kaki palsu berkembang pesat untuk membantu veteran perang yang kehilangan anggota
- **1970-an hingga 1990-an:** Gantikan karbon mula digunakan bagi menghasilkan kaki palsu yang ringan dan anjal
- **Era moden:** Kaki palsu menggunakan mikroprosesor, sensor elektronik dan kawalan komputer untuk membantu pergerakan lebih semula jadi
- **Masa kini:** Kaki palsu bionik dan robotik mampu dikawal melalui isyarat otot, malah ada yang menggunakan teknologi AI dan sambungan saraf



### Sejarah ringkas kaki palsu di Malaysia

- **Selepas Perang Dunia 2:** Malaysia menggunakan kaki palsu yang diimport dari luar negara dan diperbuat daripada kayu, besi serta logam berat
- **1970-an hingga 1990-an:** Hospital kerajaan dan pusat rehabilitasi menawarkan perkhidmatan kaki palsu secara lebih meluas
- **Hospital Kuala Lumpur, HCTM/UKM dan Pusat Rehabilitasi PERKESO** antara pelopor rawatan serta pemasangan kaki palsu



Rumah Bandar 1½ Tingkat

\*Tertakluk pada terma dan syarat

Kini di Fasa Akhir Pembinaan Mencapai Tahap 95%

016 369 9429 | dedaunrimba.com.my

Pemaju: YTL Damansara 3 Sdn Bhd [202101015951 (1416251-A)] Tingkat 36 Menara YTL, 205 Jalan Bukit Bintang, 55100 Kuala Lumpur | Tel: 03-2143 3000 | Faks: 03-4041 7655 | Email: salesenquiry@ytl.com | Laman Web: dedaunrimba.com.my | No. Lesen Pemaju: 30499/07-2028/0176(N) | Tempoh Sah Laku: 7/7/2023-6/7/2028 | No. Permit Iklan dan Jualan: 30499-1/01-2027/0002(N/S) | Tempoh Sah Laku: 02/01/2024-01/01/2027 | Jenis Kediaman: (i)Rumah Teres 3 Tingkat (ii)Rumah Bandar 1½ Tingkat | Bilangan Unit: (i)68 (ii)196 | Harga Jualan (minimum-maksimum): (i)RM1,925,900.00-RM2,448,000.00 (ii)RM870,600.00-RM1,353,500.00 | Nama Pemajuan Perumahan: Residensi Dedaun Rimba | Tarikh Dijangka Siap: Februari 2027/36 bulan daripada tarikh Perjanjian Jual Beli | No. Kelulusan Pelan Bangunan: MBSA/BGN/BB/600-1(P/S)/SEK/J4/0023-2023 | Diluluskan Oleh: Majlis Bandaraya Shah Alam | Hakmilik Tanah: Pegangan Pajak (tempoh berakhir 12 Mei 2115) | Bebanan Tanah: Tiada | Sekatan Kepentingan: Tanah ini boleh dipindahmilik, dipajak atau digadai setelah mendapat kebenaran Pihak Berkuasa Negeri.



IKLAN INI TELAH DILULUSKAN OLEH JABATAN PERUMAHAN NEGARA. MAKLUMAT PEMAJUAN BOLEH DISEMAK DI PORTAL TEDUH.KPKT.GOV.MY

# PERIKSA SEGERA SEBELUM TERLAMBAT!

**D**ata Kementerian Kesihatan mengesahkan kira-kira 60 peratus kes barah di Malaysia dikesan pada tahap lewat (Tahap 3 dan 4) akibat gagal saringan awal. Kegagalan atau kelewatan saringan kesihatan menyukarkan proses rawatan kerana gejala barah selalunya tidak kelihatan pada peringkat permulaan.

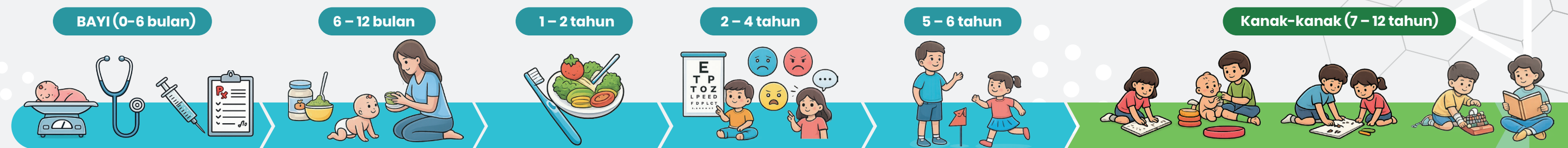
Dek kerana itulah Kerajaan Selangor sanggup memperuntukkan jutaan ringgit menyalurkan program Saringan Selangor Sejak 2022.

Inisiatif saringan kesihatan percuma bernilai sehingga RM3,000 untuk mengesan penyakit kronik seperti barah, kencing manis, dan penyakit jantung.

Seramai 9,361 individu menyertai program itu pada 2024, meningkat sebanyak 47 peratus berbanding tahun sebelumnya yang merekodkan kehadiran seramai 4,940 orang.

Saringan berkala amat penting kerana boleh mengesan perubahan sel sebelum bertukar menjadi barah. Pengesanan pada peringkat awal membolehkan peluang untuk sembuh lebih tinggi.

Wartawan **NADIAH ZAMLUS** menyenaraikan saringan yang boleh dibuat seawal usia 1 hari hinggalah ke peringkat warga emas berdasarkan sumber Kementerian Kesihatan juga beberapa laman web hospital terkemuka negara. Ingat, jangan menyesal sebelum terlambat!



**Penilaian perkembangan dan pertumbuhan**  
Pantau berat, tinggi, lilitan kepala dan perkembangan asas bayi seperti senyum, respon bunyi dan pergerakan

**Pemeriksaan jaundis & penyusuan**  
Pastikan bayi mendapat nutrisi mencukupi dan tiada masalah penyusuan bu

**Imunisasi**  
Pantau berat, tinggi, lilitan kepala dan perkembangan asas bayi seperti senyum, respon bunyi dan pergerakan

**Nasihat penyusuan & pemakanan**  
Mulakan makanan pelengkap dan pantau alahan makanan

**Pemeriksaan pertumbuhan**  
Pastikan berat dan perkembangan sesuai mengikut umur

**Pemeriksaan perkembangan motor**  
Menilai keupayaan duduk, merangkak dan berdiri

**Pemeriksaan gigi**  
Kesan kerosakan gigi awal dan tabiat pemakanan manis

**Nasihat pemakanan**  
Elak masalah kurang zat atau obesiti kanak-kanak

**Saringan anemia**  
Jika kurang makan atau berat badan tidak naik

**Pemeriksaan penglihatan**  
Kesan rabun atau mata malas lebih awal

**Saringan perkembangan & tingkah laku**  
Pantau komunikasi, interaksi sosial dan perkembangan emosi

**Pemeriksaan pertuturan**  
Mengenal pasti kelewatan bercakap atau masalah bahasa

**Penilaian pertumbuhan**  
Pantau tinggi, berat dan BMI sebelum masuk sekolah

**Nasihat pemakanan & aktiviti fizikal**  
Membentuk gaya hidup sihat sejak kecil

**Pemeriksaan pendengaran & penglihatan**  
Penting untuk kesiapsiagaan pembelajaran di sekolah

**Saringan perkembangan minda**  
Pantau tahap tumpuan, kebolehan membaca dan perkembangan mental

**Pemeriksaan penglihatan & pendengaran**  
Membantu prestasi pembelajaran dan komunikasi di sekolah

**Pemeriksaan gigi**  
Mencegah kerosakan gigi dan masalah susunan gigi

**BMI & pertumbuhan**  
Kesan obesiti atau kekurangan zat makanan

**Pemeriksaan gula dalam darah**  
Digalakkan jika ada sejarah keluarga diabetes atau obesiti

**Ujian darah lengkap**  
Mengeskan anemia atau kekurangan zat besi

**Penilaian tingkah laku & emosi**  
Kesan awal masalah pembelajaran, stres atau gangguan emosi

**Pemeriksaan postur badan**  
Kesan masalah tulang belakang atau postur tidak normal



**Pemeriksaan tekanan darah**  
Kesan awal hipertensi

**Pemeriksaan gula & kolesterol**  
Terutama jika obesiti atau sejarah keluarga

**Pap smear**  
Setiap 3 tahun sekali jika keputusan normal untuk kesan awal barah pangkal rahim

**Pemeriksaan kesihatan mental**  
Risiko stres dan kebimbangan semakin meningkat pada usia muda dewasa

**Pemeriksaan kesihatan seksual & reproduktif**  
Termasuk pemeriksaan jangkitan seksual (STI) dan perancangan keluarga

**Pemeriksaan payudara**  
Pemeriksaan sendiri payudara setiap bulan

**Saringan jantung awal**  
Digalakkan jika ada sejarah keluarga penyakit jantung



**Kesihatan mental**  
Risiko tekanan emosi meningkat akibat akademik dan sosial

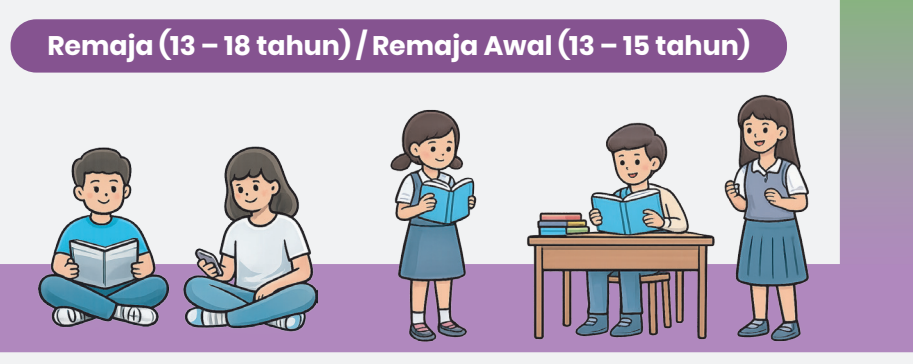
**Symptom PCOS (remaja perempuan)**  
Pantau haid tidak teratur, jerawat teruk dan kenaikan berat badan

**Pemeriksaan hormon & berat badan**  
Kesan gangguan hormon atau metabolik

**Saringan seksual & reproduktif**  
Pendidikan kesihatan seksual dan jangkitan seksual jika berisiko

**Pemeriksaan tekanan darah**  
Mengeskan hipertensi awal akibat gaya hidup tidak sihat

**Pemeriksaan kolesterol & gula darah**  
Digalakkan jika obesiti atau sejarah keluarga penyakit kronik



**Tinggi, berat & BMI**  
Pantau tumbesaran dan risiko obesiti

**Pemeriksaan mata & pendengaran**  
Kesan gangguan yang menjejaskan pembelajaran

**Pemeriksaan perkembangan akal baligh**  
Pastikan perubahan hormon berlaku normal

**Pemeriksaan postur / scoliosis**  
Kesan kelengkungan tulang belakang

**Pemeriksaan tidur**  
Gangguan tidur boleh menyebabkan kemurungan dan masalah fokus

**Ujian hemoglobin / anemia**  
Penting terutama remaja perempuan yang mengalami haid banyak

**Kesihatan mental**  
Menilai stres, kebimbangan dan kemurungan



**Mamogram**  
Kesan awal barah payudara

**Pemeriksaan osteoporosis**  
Kesan awal tulang rapuh terutama selepas menopause

**Pemeriksaan jantung**  
Risiko penyakit jantung meningkat selepas menopause

**Saringan barah usus**  
Ujian darah tersembunyi dalam najis atau kolonoskopi

**Pemeriksaan mata**  
Kesan glaukoma dan katarak

**Pemeriksaan hormon menopause**  
Jika mengalami simptom menopause teruk



**Pap smear**  
Setiap 3 hingga 5 tahun mengikut nasihat doktor

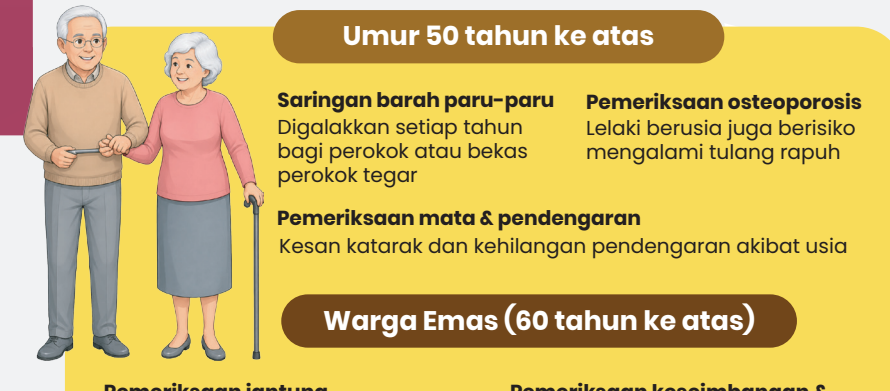
**Pemeriksaan payudara klinikal**  
Dilakukan oleh petugas kesihatan

**Pemeriksaan diabetes**  
Risiko meningkat selepas umur 30 tahun

**Pemeriksaan tiroid**  
Jika mengalami berat badan tidak stabil atau gangguan hormon

**Pemeriksaan kesuburan**  
Jika merancang kehamilan atau mengalami masalah reproduktif

**Pemeriksaan tulang & vitamin D**  
Terutama wanita kurang aktiviti fizikal



**Saringan barah paru-paru**  
Digalakkan setiap tahun bagi perokok atau bekas perokok tegar

**Pemeriksaan osteoporosis**  
Lelaki berusia juga berisiko mengalami tulang rapuh

**Pemeriksaan mata & pendengaran**  
Kesan katarak dan kehilangan pendengaran akibat usia

**Pemeriksaan jantung**  
Risiko strok dan penyakit jantung meningkat

**Pemeriksaan osteoporosis**  
Mengurangkan risiko patah tulang akibat jatuh

**Urinalisis**  
Mengeskan awal masalah buah pinggang atau jangkitan saluran kencing

**Pemeriksaan memori & demensia**  
Menilai risiko Alzheimer atau nyanyuk

**Pemeriksaan pemakanan**  
Kesan kekurangan nutrisi atau kehilangan berat badan

**Pemeriksaan keseimbangan & risiko jatuh**  
Penting untuk keselamatan warga emas

**Pemeriksaan penglihatan & pendengaran**  
Membantu kualiti hidup dan komunikasi

**Pemeriksaan seksual & reproduktif**  
Menilai kesihatan hormon dan fungsi reproduktif

**Pemeriksaan kesihatan mental**  
Risiko kemurungan dan kesunyian dalam warga emas



**Pemeriksaan prostat**  
Digalakkan jika ada sejarah keluarga barah prostat

**Saringan kanser usus**  
Ujian imunokimia feces untuk kesan darah tersembunyi dalam najis



**Pemeriksaan jantung**  
Risiko sakit jantung meningkat dengan usia

**Pemeriksaan diabetes & kolesterol**  
Penyakit metabolik lebih kerap berlaku selepas 40 tahun

**Pemeriksaan hati & buah pinggang**  
Terutama bagi penghidap tekanan darah tinggi atau diabetes



**Tekanan darah, gula & kolesterol**  
Pantau risiko penyakit kronik

**Pemeriksaan BMI & obesiti**  
Lemak perut meningkatkan risiko jantung

**Pemeriksaan kesihatan mental**  
Stres kerja dan gaya hidup boleh menjejaskan emosi



**Pemeriksaan seksual & reproduktif**  
Termasuk STI dan masalah kesuburan

**Pemeriksaan testis**  
Kesan ketulan atau perubahan abnormal

Oleh FARZANA ROZAIDEE  
Foto IJLAH MUNIRAH HASBUNALLAH

Jarum akupunktur, ramuan herba dan terapi tradisional suatu ketika dahulu dianggap pilihan sampingan yang hanya mendapat tempat dalam kalangan masyarakat Cina.

Namun, tanggapan itu kian berubah apabila ramai rakyat Malaysia daripada pelbagai latar belakang memilih perubatan tersebut sebagai pelengkap kepada rawatan moden.

Bukan sekadar ikhtiar alternatif, kaedah itu digunakan untuk mengurus pelbagai masalah kesihatan termasuk sakit kronik, proses pemulihan selepas rawatan serta mengurangkan kesan sampingan kemoterapi.

Malah, ada pasangan mendapatkan rawatan tersebut sebagai persediaan dalaman sebelum menjalani tatacara persenyawaan in-vitro (IVF).

Penerimaan meluas itu pula disokong pengiktirafan rasmi kerajaan menerusi Akta Perubatan Tradisional dan Komplementari 2016 (Akta 775), yang mengawal selia amalan perubatan berkenaan.

Beberapa hospital kerajaan juga menawarkan perkhidmatan Unit Perubatan Tradisional dan Komplementari, antaranya Institut Kanser Negara yang menyediakan terapi herba bagi membantu pesakit mengurus gejala tertentu sepanjang menjalani rawatan barah.

Menurut pengamal perubatan Cina, Ahmad Mujahid Mazlan, kaedah itu bukan sekadar rawatan akupunktur, sebaliknya merangkumi rawatan herba, urutan tuina, bekam angin dan moksibusi.

Konsep perubatan Cina yang berasaskan pemahaman falsafah sebagai asas diagnosis dimulakan dengan sesi konsultasi termasuk pemeriksaan fizikal, bacaan nadi dan pemerhatian pada lidah sebelum mengenal pasti masalah kesihatan pesakit.

Anak jati Kemaman, Terengganu itu menjelaskan konsep perubatan Cina meneliti tubuh manusia secara menyeluruh menerusi keseimbangan yin, yang dan qi, selain pemeriksaan fizikal sebelum rawatan.

Namun, setiap rawatan termasuk herba perlu diberi berdasarkan keadaan individu dan sejarah kesihatan pesakit. Bukan semua herba sesuai untuk semua individu.

"Tiada herba yang kita kata selamat untuk semua orang. Sebab setiap herba itu ada kegunaannya. Semua orang mungkin tidak boleh makan herba yang sama.

"Jadi untuk kurangkan kesan sampingan kemoterapi, perubatan Cina boleh membantu. Jadi kaedah itu adalah *good complement* (kombi-

# Pelengkap rawatan moden

nasi sempurna) bila kita gandingkan perubatan moden dengan Cina pada masa sama," katanya kepada Media Selangor.

Selain mengimbangi rawatan moden untuk pesakit barah, perubatan Cina juga digunakan bagi persediaan dalaman wanita sebelum menjalani rawatan IVF melalui rawatan akupunktur dan herba supaya badan lebih bersedia untuk menerima telur.

## Sakit hilang dalam lima minit

Ahmad Mujahid mendapati masyarakat Melayu semakin terbuka mendapatkan rawatan Cina terutama masalah sakit kronik, gastrik, penyakit refluks gastroesofagus (GERD) dan sakit saraf seperti sciatica.

Pengalaman paling membanggakannya apabila merawat pesakit sciatica yang mengalami kesakitan bertahun-tahun sebelum kesakitannya berkurangan dalam masa lima minit selepas rawatan akupunktur.

"Saya buat akupunktur dekat dia (pesakit). Bukan buat dekat tempat yang sakit, saya buat dekat tangan. Dalam masa lima minit, sakit itu hilang dan ia bertahan sampai tiga empat hari," katanya, menambah akupunktur untuk penghasilan kolagen di muka juga semakin mendapat permintaan dalam kalangan wanita.

Bagaimanapun, lelaki lulusan ijazah sarjana muda dalam perubatan Cina itu mengingatkan orang ramai supaya mendapatkan rawatan daripada pengamal bertauliah dan berdaftar dengan Kementerian Kesihatan bagi mengelak komplikasi atau kaedah penggunaan tidak sesuai atau tidak bersih.

Walaupun masih berdepan tanggapan negatif masyarakat, perubatan tradisional Cina kian meluas dan merentasi kaum lain. Perkembangan

itu sekali gus menunjukkan perubatan Cina bukan sekadar rawatan alternatif sebaliknya pelengkap dalam sistem kesihatan moden.



## AKUPUNKTUR

- melibatkan rangsangan titik tertentu pada tubuh
- diiktiraf Pertubuhan Kesihatan Sedunia
- digunakan di lebih 180 negara
- merawat kesakitan, mengurangkan tekanan, menangani masalah kesuburan, meningkatkan fungsi sistem imun dan mengurangkan kesan sampingan rawatan kemoterapi
- merangsang pengeluaran endorfin yang membantu mengurangkan kesakitan



## URUTAN TUINA

- guna teknik menekan, menguli, menggosok, mengetuk, memutar dan meregangkan anggota badan
- teknik manipulasi tisu lembut dan sendi untuk memulihkan keseimbangan tubuh
- ia digunakan untuk terapeutik bagi membantu masalah otot, sendi, saraf dan peredaran darah
- membantu merawat sakit sendi, ketidakselesaan otot, sakit kepala, insomnia, melegakan tekanan dan kecederaan sukan



## MOKSIBUSI

- teknik rawatan menggunakan pembakaran herba mugwort pada atau berhampiran titik akupunktur tertentu
- ia bertujuan menghasilkan haba yang merangsang peredaran darah dan tenaga (qi) dalam tubuh
- daun mugwort dikeringkan dan diproses menjadi bahan mudah terbakar yang dikenali sebagai 'moxa'
- sering digunakan untuk merawat demam, sakit lutut, radang sendi, senggugut dan masalah pencernaan



## BEKAM ANGIN

- dicatat dalam tamadun Mesir Purba, China dan Timur Tengah sejak lebih 2,000 tahun lalu
- turut diamal dalam perubatan Arab, Yunani, Korea dan beberapa negara Asia
- menggunakan cawan khas yang menghasilkan tekanan vakum pada permukaan kulit tanpa membuat sebarang luka atau mengeluarkan darah
- cawan kaca, plastik atau silikon diletak pada kulit dan udara di dalamnya disedut keluar bagi menghasilkan tekanan negatif
- digunakan bagi melancarkan peredaran darah, kekejangan otot, melegakan tekanan dan membuang angin



## TERAPI HERBA

- guna tumbuhan, mineral dan sesetengah bahan semula jadi yang digabungkan mengikut formula tertentu
- dua pesakit yang ada penyakit sama tidak semestinya menerima formula herba yang sama
- pengamal menilai simptom, sejarah kesihatan, nadi dan lidah sebelum menentukan rawatan
- sebagai rawatan pelengkap untuk mengurangkan simptom keletihan, hilang selera makan dan loya akibat kemoterapi





# Fisioterapi pulih fungsi fizikal tubuh

Oleh IZZAH HANNANI  
Foto IJLAH MUNIRAH HASBUNALLAH

Ramai mengetahui tentang fisioterapi apabila berdepan kecederaan sukan, angin ahmar atau strok atau selepas menjalani pembedahan. Padahal, bidang itu memainkan peranan jauh lebih besar dalam membantu individu mendapatkan semula fungsi fizikal, mengurangkan kesakitan dan kembali menjalani kehidupan secara normal. Sama ada akibat penyakit kronik, kemalangan, masalah saraf mahupun faktor penuaan, kehilangan keupayaan bergerak boleh memberi kesan besar terhadap kualiti hidup seseorang.

## FISIOTERAPI PULIH FUNGSI FIZIKAL TUBUH

- merangkumi terapi senaman, terapi manual, rehabilitasi neurologi, kardiorespiratori dan pemulihan selepas pembedahan
- rawatan beri tumpuan kepada senaman yang mengurangkan kesakitan dan meningkatkan fungsi fizikal dalam jangka panjang
- fisioterapi pasif merangkumi terapi haba atau sejuk, urutan terapeutik, mobilisasi sendi, ultrabunyi dan rangsangan elektrik
- fisioterapi aktif merupakan senaman atau latihan khusus seperti latihan regangan dan kekuatan untuk membuatkan otot anda lebih kuat
- ia termasuk pendidikan dan latihan dalam mencegah kecederaan, menggunakan alat sokongan seperti tongkat dan kerusi roda atau menyelesaikan aktiviti harian
- fisioterapi boleh menggalakkan proses penyembuhan luka, pembedahan tulang belakang, strok dan kecederaan otak
- merawat masalah muskuloskeletal seperti sakit otot, tendon, ligamen, sendi dan tulang

Kaedah ini tidak hanya tertumpu kepada individu yang masih mampu bergerak. Pesakit terlantar atau sukar melakukan aktiviti harian juga boleh menjalani pemulihan mengikut kemampuan masing-masing.

Menurut Ahli fisioterapi Pusat Perubatan Red Giant Mohammad Nor Ashraff Amran, fisioterapi membantu pesakit memperoleh semula fungsi fizikal melalui gabungan kaedah rawatan yang disesuaikan dengan keadaan individu.

Namun, setiap pesakit perlu menjalani penilaian terlebih dahulu sebelum pelan rawatan dirangka bagi memastikan pendekatan yang digunakan benar-benar memenuhi keperluan mereka.

"Kita akan menggabungkan terapi manual, terapi elektro dan terapi senaman untuk membantu pergerakan pesakit menjadi lebih baik," katanya kepada Media Selangor.

Selain itu, pesakit yang tidak mampu atau mengalami kesukaran bergerak juga dapat dipulihkan dengan rawatan yang betul.

"Kondisi seperti ini, rawatan akan bermula di atas katil dengan senaman pasif dan latihan mobiliti katil bagi mengajar mereka cara bangun dan duduk dengan betul," katanya sambil menambah latihan perlu dibuat terlebih dahulu sebelum pesakit beralih ke fasa seterusnya.

Mohammad Nor Ashraff turut berkongsi pengalaman membantu pesakit yang sebelum ini sukar menunaikan solat akibat masalah pergerakan sebelum kembali mampu melakukan ibadah dengan lebih selesa selepas menjalani fisioterapi.

"Bila nampak ada peningkatan, kita turut berasa gembira kerana dapat memberi kepuasan apabila membantu meningkatkan kemampuan mereka untuk melakukan aktiviti ibadah dengan baik," katanya.

Kejayaan fisioterapi memerlukan kerjasama pesakit untuk meneruskan latihan yang disarankan di rumah.

Sokongan ahli keluarga juga penting bagi memastikan pesakit kekal bermotivasi sepanjang proses pemulihan yang lazimnya memerlukan masa dan komitmen berterusan.

"Jika mereka kurang bergerak, risiko untuk mengalami pelbagai masalah kesihatan akan menjadi lebih tinggi," katanya.

Pemahaman ahli keluarga mengenai rawatan yang dialami pesakit penting bagi memastikan pesakit dibimbing dengan betul ketika melakukan program senaman di rumah.

Namun, Mohammad Nor Ashraff mengakui beberapa rawatan di pusat fisioterapi akan menggunakan beberapa peralatan khusus yang mungkin tidak tersedia di rumah.

Justeru, ahli fisioterapi akan menyediakan latihan alternatif yang mempunyai fungsi dan kesan yang hampir sama untuk dilakukan di rumah.

"Jika kami menggunakan bebanan seperti *dumbbell* seberat 10 kilogram, namun pesakit tidak mempunyai peralatan tersebut di rumah, mereka boleh menggantikannya dengan penggunaan getah (*resistance band*)."

Mohammad Nor Ashraff turut mengakui kesedaran masyarakat mengenai kepentingan fisioterapi masih rendah kerana ramai hanya mendapatkan rawatan selepas mengalami kesakitan yang serius.

"Kita boleh mulakan lebih awal dan jangan tunggu sehingga sakit baru hendak mendapatkan rawatan. Sebaiknya kita bermula sebelum rasa sakit itu muncul," katanya yang hampir 10 tahun berkhidmat dengan Selangor FC dan Pusat Perubatan Red Giant.

Justeru, masyarakat disaran mengamalkan gaya hidup sihat, kekal aktif dan konsisten bersenam bagi memastikan tubuh berfungsi baik serta mengecilkan risiko isu pergerakan pada masa depan.

## Bukan tukang urut

Beliau tegas menolak tanggapan fisioterapi hanyalah urutan semata-mata. Sebaliknya, ia sebahagian kecil bidang tersebut yang merangkumi pelbagai cabang rawatan berasaskan sains termasuk muskuloskeletal, kardiorespiratori, neuromuskular dan neurologi.

Meskipun ramai percaya fisioterapi akan diambil alih teknologi seperti di negara maju tetapi ia tidak boleh dijadikan kebergantungan dalam jangka masa panjang.

"Sebagai contoh bagi kes pesakit *post-stroke*, terdapat rawatan awal yang menggunakan bantuan teknologi seperti robotik untuk membantu pergerakan mereka," jelasnya.

Pesakit yang kerap mendapatkan rawatan fisioterapi ialah warga emas yang mengalami masalah osteoarthritis, osteoporosis dan gangguan pergerakan akibat peningkatan usia.

Terdapat beberapa tanda yang perlu diberi perhatian bagi membezakan sama ada masalah kesihatan warga emas dalam keadaan normal atau memerlukan pemeriksaan lanjut.

"Jika sakit semakin teruk seperti mengalami hilang keseimbangan badan, lemah separuh badan atau pesakit sudah dilihat sukar untuk membuat aktiviti hariannya, mereka perlu dirujuk kepada pakar untuk penilaian dan rawatan lanjut," katanya.

Tidak dinafikan, bekerjasama dengan warga emas kadangkala mencabar. Namun bagi Mohammad Nor Ashraff, kesabaran yang tinggi kunci utama dalam mengawal emosi secara profesional.

"Dengan kesabaran, kita dapat memperoleh kepercayaan mereka dan apabila kepercayaan itu terbina secara perlahan-lahan mereka akan lebih yakin serta terbuka untuk menerima rawatan," katanya.

Mohammad Nor Ashraff juga mengakui kesedaran masyarakat terhadap bidang ini menurun. Semakin kurang generasi muda melanjutkan pelajaran dalam sains sedangkan ia cabang kerjaya yang besar.

# Merawat jiwa yang rapuh

Oleh NAZLI IBRAHIM  
Foto HARUN TAJUDIN

**M**asalah kesihatan mental bukan lagi sesuatu yang asing. Tekanan hidup, konflik rumah tangga, bebanan kerja, kecelaruan identiti dan keresahan emosi antara cabaran yang kerap menghimpit individu tanpa mengira usia dan latar belakang.

Saat berdepan tekanan, ramai memilih mendapatkan rawatan perubatan atau ubat-ubatan bagi mengurangkan gejala yang dialami. Bagi sesetengah individu, kelegaan tidak semestinya hadir sepenuhnya meskipun keadaan fizikal dan emosi semakin stabil.

Ada kalanya, individu masih dibelenggu persoalan tentang makna kehidupan, tujuan di sebalik ujian yang dihadapi dan kekosongan dalaman yang sukar dijelaskan.

Keadaan itu menyebabkan semakin ramai mencari pendekatan yang bukan sahaja merawat emosi, tetapi menyentuh aspek kerohanian.

Psikoterapi Islam dilihat kian mendapat perhatian sebagai salah satu pendekatan pelengkap dalam rawatan kesihatan mental.

Gabungan elemen psikologi dan spiritual bukan sekadar membantu individu mengurus emosi, malah memberi ruang memahami diri serta membina semula kekuatan dalaman.

Menurut pen-  
sarah Jabatan

Usuluddin dan Dakwah, Akademi Pengajian Islam Universiti Malaya, psikoterapi Islam merupakan disiplin ilmu yang mengkaji manusia dari pelbagai aspek sebelum menawarkan penyelesaian berasaskan prinsip agama.

“Psikoterapi Islam adalah satu disiplin ilmu yang mengkaji tentang manusia dari pelbagai aspek dan memberi satu saranan ataupun solusi berbentuk rawatan yang bersandarkan agama Islam,” kata Dr Syukri Japi kepada Media Selangor.

Namun, pendekatan itu sering disalah fahami sebagai sekadar ceramah agama, zikir atau bacaan tertentu, sedangkan ia sebenarnya melibatkan kaedah yang lebih menyeluruh dan sistematik.

## Beza pendekatan Islam dan Barat

Psikoterapi Islam merangkumi teknik psikologi, latihan pernafasan, refleksi sendiri, muhasabah serta pelbagai modul intervensi yang disusun mengikut keperluan individu.

“Kalau kita stres, psikoterapi barat mencadangkan penghayatan tarik nafas. Tetapi psikoterapi agama, tak kisah Islam atau agama lain, dia ada cara tersendiri yang bersumber agama,” katanya.

Berbeza pendekatan psikologi barat yang lazimnya memberi tumpuan aspek pemikiran, tingkah laku dan pengurusan emosi, psikoterapi Islam menggabungkan elemen spiritual bagi membantu seseorang mencapai ketenangan secara lebih menyeluruh.

Pendekatan itu tidak terhad kepada sesi perbincangan di dalam bilik terapi semata-mata. Ia boleh melibatkan aktiviti luar, pemerhatian alam, sesi muhasabah dan program intervensi berkumpulan yang dijalankan secara berperingkat.

Pengalaman beliau mengendalikan pelbagai kes

termasuk penagihan dadah, HIV, keresahan pelajar, konflik keluarga dan pesakit kronik menunjukkan pendekatan berasaskan agama memberi kesan positif kepada proses pemulihan.

Dalam kes penagihan dadah misalnya, rawatan seperti pengambilan *methadone* boleh membantu menstabilkan keadaan fizikal pesakit. Namun, katanya masih terdapat kekosongan emosi dan spiritual yang perlu dipulihkan.

“Bila dia makan dah lega dan mereka rasa diri kosong, bila rasa kosong mereka perlukan pendekatan agama tadi, kita kata psikoterapi Islam,” katanya.

Pendekatan sama turut digunakan dalam membantu pelajar yang mengalami keresahan melampau sehingga menjejaskan fungsi harian serta kesejahteraan emosi mereka.

Malah, kaedah itu semakin diterima dalam sistem kesihatan negara apabila digunakan di beberapa hospital termasuk Hospital Sungai Buloh, Hospital Selayang dan Institut Kanser Negara.

Pesakit kronik khususnya pesakit barah sering berdepan persoalan besar mengenai takdir, ujian hidup dan harapan untuk meneruskan kehidupan.

“Bila kata barah, dia akan sebut kenapa aku diuji. Jadi kita kena menggunakan pendekatan psikologi agama tadi, apa Islam ajar nak bantu orang yang kecewa dalam hidup,” katanya.

Pendekatan tersebut dijangka diperluas kepada kira-kira 10 lagi institusi perubatan susulan peningkatan keperluan masyarakat terhadap rawatan kesihatan mental yang lebih menyeluruh.

Selain terapi, keberkesanan intervensi turut dipantau menggunakan teknologi *biofeedback* yang mengukur perubahan fisiologi seperti tahap tekanan dan ketenangan individu selepas sesi rawatan.

## FAKTA PSIKOLOGI ISLAM

- Rawatan melibatkan gabungan psikologi dan spiritual menggunakan prinsip Islam bagi membantu individu mengurus emosi, tingkah laku dan pemikiran
- Bukan sekadar zikir atau ceramah agama, ia melibatkan kaunseling, refleksi sendiri, latihan pernafasan dan terapi tingkah laku
- Guna teknik zikir, doa, tadabbur al-Quran, muhasabah diri, terapi pernafasan dan pembedahan corak pemikiran negatif
  - Membantu individu yang alami kemurungan, keresahan, tekanan hidup,
- konflik keluarga dan masalah ketagihan
- Tidak menggantikan rawatan perubatan, sebaliknya pelengkap kepada terapi psikologi dan rawatan klinikal sedia ada
- Abu Zayd Al-Balkhi (850–934M) antara tokoh terawal yang membezakan penyakit fizikal dan psikologi serta menghurai gangguan seperti kebimbangan dan kemurungan
- Imam Al-Ghazali menjadi antara asas kepada pendekatan psikoterapi Islam moden yang menekankan penyucian jiwa dan keseimbangan rohani



## FAKTA KESIHATAN MENTAL

Kajian Universiti Queensland Australia, Pusat Penyelidikan Kesihatan Mental Queensland dan Universiti Washington, Amerika Syarikat mendapati hampir 1.2 bilion orang di dunia menghidap gangguan mental pada 2023. Angka itu naik hampir dua kali ganda berbanding 1990. Tinjauan Kebangsaan Kesihatan dan Morbiditi 2023 pula mendapati 4.6 peratus atau sejuta penduduk Malaysia berumur 16 tahun ke atas mengalami kemurungan. Bilangan itu meningkat dua kali ganda berbanding 2019.

### TALIAN SEHAT

1700-82-7536 atau  
1700-82-7537

Isnin hingga Jumaat  
8:30 pagi hingga  
4:30 petang

## USAHA SELANGOR

Dalam Belanjawan Selangor 2026, Kerajaan Negeri menambah peruntukan daripada RM700,000 kepada RM1.5 juta bagi memastikan keseluruhan inisiatif berkesan dan tersusun.

Talian SEHAT, subsidi rawatan psikiatri termasuk sesi bersama pakar dan ubat-ubatan serta perkhidmatan Kaunselor Hab SEHAT di setiap daerah akan ditambah baik.

Program Selangor Mental Sihat (SEHAT) diperkukuh melalui pendekatan lebih komprehensif, termasuk perluasan ke sekolah-sekolah di seluruh negeri.

Pelaksanaan SEHAT merangkumi pencegahan, intervensi awal, rawatan dan pemulihan dengan tumpuan kepada pelajar melalui modul sokongan dan program pemerksaan guru.

Bantuan profesional penting atasi masalah

# Gagal urus rutin petanda mental terganggu

Oleh **NADHIRAH FATTAH**

**SHAH ALAM** - Ramai tidak menyedari mereka berdepan isu kesihatan mental, sebaliknya terus menjalani kehidupan tanpa mendapatkan bantuan sehingga keadaan mereka benar-benar teruk.

Menurut pegawai Psikologi Pusat Kaunseling Selangor (PKS) yang mendedahkan perkara tersebut, mereka hanya menyedari situasi sebenar apabila gagal menjalani rutin harian dengan baik.

Faridah Abdul Jalil @ Abas memberitahu sebahagian mereka juga dikesan hidup dalam penafian dengan memilih untuk memendam masalah tanpa mendapatkan bantuan sewajarnya.

"Kalau seseorang sudah tidak mampu menjalani rutin harian dengan baik, itu antara tanda mereka perlu mendapatkan bantuan profesional," katanya kepada Media Selangor.

Beliau menjelaskan tindakan mendapatkan pandangan rakan atau ahli keluarga kadangkala tidak memadai kerana mereka mungkin tidak berlaku adil terhadap masalah seseorang individu.

Katanya, ada individu hanya mendapatkan bantuan selepas emosi mereka benar-benar terganggu hingga menjejaskan hubungan dengan keluarga, pekerjaan mahupun kehidupan harian.

"Kadang-kadang bila datang ke sini, mereka sendiri baru sedar rupa-rupanya sudah lama menyimpan tekanan," katanya lagi.

Justeru, Faridah percaya bantuan profesional penting bagi membantu seseorang individu untuk memahami emosi sendiri selain mencari kaedah penyelesaian yang

lebih sihat lagi selamat.

"Semua orang ada kesihatan mental sama seperti kesihatan fizikal. Bila kita stres atau tertekan, itu normal tetapi perlu tahu bila masanya untuk mendapatkan bantuan," katanya.

Beliau juga menjelaskan golongan berusia antara 20 hingga 40 tahun antara paling ramai mendapatkan bantuan kerana mereka berada dalam tempoh kehidupan yang mencabar.

"Golongan ini sebenarnya 'fragile' ataupun rapuh kerana masih belum matang sepenuhnya dalam mengurus emosi dan tekanan," katanya.

Faridah memberitahu, gejala media sosial juga antara faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologi masyarakat masa kini khususnya kalangan yang menetap di bandar besar seperti Lembah Klang.

"Orang yang tinggal di bandar lebih berisiko mengalami tekanan emosi dan psikologi." Selain itu, isu kekeluargaan dikenal pasti antara punca utama tekanan emosi dalam kalangan masyarakat yang mendapatkan bantuan kaunseling.

Paling kerap dikongsikan antaranya hubungan dalam perkahwinan, konflik dengan pasangan dan masalah melibatkan ibu mentua dan anak-anak.

"Kadang-kadang orang nampak ia sebagai masalah kesihatan mental tetapi bila dilihat semula punca utama sebenarnya adalah isu keluarga," katanya.

Namun, beliau mengingatkan tekanan emosi yang tidak ditangani dengan baik berwujudnya memberi kesan terhadap kesihatan mental kepada mana-mana individu dalam

jangka panjang.

"Kalau tidak ditangani, ia boleh membawa kepada masalah kesihatan mental yang lebih serius," katanya.

Menurut Faridah, semakin ramai rakyat Selangor tampil mendapatkan bantuan berkaitan kesihatan mental melalui Talian SEHAT dan perkhidmatan di Pusat Kaunseling Selangor sejak ia diperkenalkan pada 2021.

Beliau menyifatkan perkembangan berdasarkan statistik pusat tersebut yang menunjukkan masyarakat semakin terbuka untuk mendapatkan bantuan profesional.

"Bila orang datang mendapatkan perkhidmatan, itu bermaksud mereka sudah mula cakna tentang kesihatan mental," katanya.



PENGURUSAN AIR SELANGOR SDN BHD  
(201401006213)

### KENYATAAN TENDER

Bil.	NO. TENDER	KETERANGAN
1.	PN0000024778	SUPPLY AND INSTALL OF ODOUR DETECTOR INSTRUMENT FOR CATCHMENT & WATERWAYS SURVEILLANCE UNIT (CWU)
2.	PN0000024795	REPLACEMENT OF IRREPARABLE FIBERGLASS REINFORCED PLASTICS (FRP) TANK AT KOLAM MENARA DESA TUN RAZAK (PACKAGE 4C)
3.	PN0000024566	CONSTRUCTION OF A NEW SPILLWAY, CONTROL GATE, GENERATOR BUILDING, ACCESS ROAD AND OTHER ASSOCIATED WORKS AT TASIK SUBANG DAM
4.	PN0000024668	UPGRADING OF MECHANICAL SCREENS, PUMPS, ACTUATORS, CRANES, INSTALLATION OF A NEW COANDA WEIR AND OTHER ASSOCIATED WORKS AT INTAKE SG. GOMBAK WATER TREATMENT PLANT
5.	PN0000024802	SUPPLY AND DELIVERY OF STATIONERY ITEMS FOR A PERIOD OF THREE (3) YEARS (2026-2029) FOR PENGURUSAN AIR SELANGOR SDN. BHD.

Untuk butiran lanjut dan penyertaan tender/prakelayakan di atas, sila layari laman web kami di <https://www.airselangor.com/partners/vendors> atau <https://tender.airselangor.com>.

Punca kematian ketiga tertinggi

# Makin ramai anak muda diserang angin ahmar

Oleh **SOFIA NASIR**

**KUALA LUMPUR** - Serangan angin ahmar atau strok yang sinonim dengan warga emas kian membimbangkan ekoran hampir 40 peratus bilangan keseluruhan pesakit berkenaan di negara ini terdiri dalam kalangan anak muda.

Menurut pakar perunding Neorologi dan Strok di Hospital Canselor Tuanku Muhriz Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM), perkembangan semasa menunjukkan peningkatan ketara kelompok usia pertengahan.

"Paling muda yang pernah saya rawat adalah berumur 23 tahun. Ini agak berbeza dahulu. Sebagai pakar runding, saya lihat perkara ini menjadi semakin kerap. Hampir 40 peratus pesakit strok keseluruhan berdekatan umur 40 hingga 50 tahun.

"Bagi definisi strok muda adalah 45 tahun ke bawah. Ini semakin banyak. (Angka) 40 peratus ini bukan angka kecil," kata Prof Madya Dato' Dr Wan Asyraf Wan Zaidi kepada Media Selangor.

Beliau yang juga Timbalan Presiden Majlis Strok Malaysia ditemui selepas menyampaikan ceramah bertajuk Kenali Strok sempena Hari Kesihatan Otak anjuran Fakulti Perubatan UKM pada 12 Mei.

Katanya, strok yang menjadi punca kematian ketiga tertinggi di Malaysia turut dianggap sebagai pembunuh senyap kerana serangannya yang boleh berlaku ketika tidur.

Menurut Dr Wan Asyraf, serangan strok juga mirip serangan jantung yang muncul tiba-tiba berikutan ia berpunca daripada sistem saluran darah dalam badan individu.

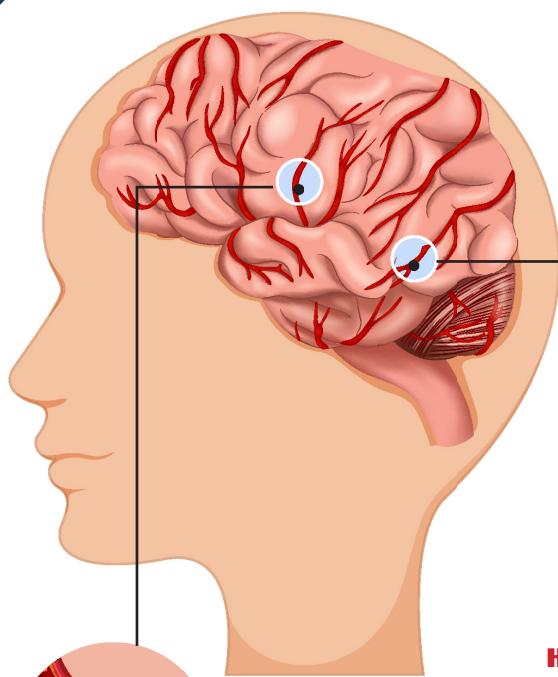
"Seperti masalah saluran darah yang lain, strok boleh berlaku semasa tidur atau sewaktu baharu bangun tidur. Sama seperti jantung, hanya ia berbeza saluran darah, satu di jantung dan satu di otak," katanya.

Sambil menyatakan bilangan keseluruhan pesakit strok bertambah saban tahun, beliau juga menjelaskan 80 peratus serangan strok mampu dicegah melalui perubahan gaya hidup sihat.

Katanya, penyakit tersebut berpunca komplikasi pelbagai penyakit kronik antaranya kencing manis, darah tinggi dan berat badan berlebihan yang berupaya merosakkan saluran darah.

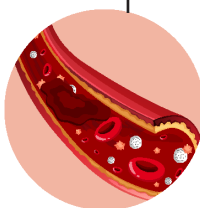
"Kalau kita kenal pasti awal sebelum strok, kita boleh halang strok daripada berlaku. Kebanyakan pesakit akan kata ia tiba-tiba berlaku. Tetapi sebenarnya dia tidak pernah buat saringan kesihatan lebih awal," katanya.

## FAKTA STROK/ANGIN AHMAR



- Kelumpuhan saraf disebabkan kekurangan oksigen yang dibawa ke bahagian otak
- Boleh ancam nyawa dan menyebabkan kecacatan kekal
- Punca utama ketiga bagi kematian di Malaysia dan kedua di dunia bagi kematian dan penyebab utama kehilangan upaya orang dewasa

### JENIS SERANGAN



**ISKEMIA:** Terjadi apabila saluran darah tersumbat darah beku. Ia menyumbang kepada 87 peratus kes

**HEMORAGIK:** Berlaku apabila saluran darah pecah dan menyebabkan pendarahan yang meningkatkan tekanan di otak

### PUNCA

Tekanan darah tinggi



Kolesterol tidak terkawal

Diabetes



Denyutan jantung tidak teratur



Gaya hidup tidak sihat

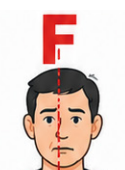
### GEJALA UTAMA (Kaedah BE FAST)



**B**  
**Balance**  
(Keseimbangan): Hilangimbangan atau koordinasi badan secara tiba-tiba



**E**  
**Eyes**  
(Mata): Penglihatan jadi kabur atau gelap secara tiba-tiba



**F**  
**Face**  
(Muka): Muka senget atau tidak simetri



**A**  
**Arm**  
(Lengan): Rasa kebas atau lemah pada sebelah tangan/kaki



**S**  
**Speech**  
(Pertuturan): Pertuturan menjadi pelat atau sukar difahami



**T**  
**Time**  
(Masa): Segera hubungi talian kecemasan atau ke hospital terdekat jika tanda-tanda ini muncul



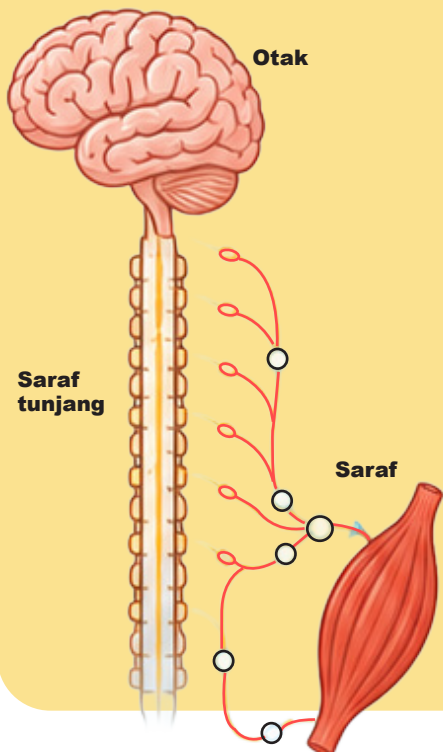
Paling muda yang pernah saya rawat adalah berumur 23 tahun. Ini agak berbeza dahulu. Sebagai pakar runding, saya lihat perkara ini menjadi semakin kerap. Hampir 40 peratus pesakit strok keseluruhan berdekatan umur 40 hingga 50 tahun



## FAKTA PENYAKIT MND

Berdasarkan kajian, hanya 10 peratus kes bersifat warisan keluarga manakala 90 peratus adalah kejadian rawak dan terpercil tanpa sebarang punca. Kira-kira 140,000 kes baharu didiagnosis di seluruh dunia setiap tahun, bersamaan 384 kes setiap hari. Berdasarkan Persatuan Penyakit Motor Neuron Malaysia (MND Malaysia),

berkemungkinan lebih 2,000 penduduk Malaysia menghidap MND. Terdapat 600 kes baharu didiagnosis setiap tahun. Ini bermakna kira-kira 50 orang didiagnosis pada setiap bulan. Golongan lelaki lebih terdedah kepada risiko berbanding wanita. Sehingga kini, punca sebenar mahupun penawar MND belum diketahui.



### APAKAH ITU PENYAKIT SARAF MOTOR NEURON (MND)?

Neuron Motor ialah sejenis sel saraf yang menghantar mesej ke seluruh badan untuk fungsi pergerakan. Jika MND menyerang saraf (neuron motor) di dalam otak dan saraf tunjang, ia menyebabkan otot lemah dan merosot dengan pantas.

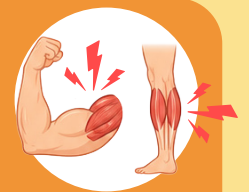
Saraf (neuron motor) berfungsi seakan-akan pendawaian elektrik yang menghantar isyarat daripada otak dan saraf tunjang ke otot bagi mengarahkan sesuatu pergerakan. Apabila MND memburuk, ia melumpuhkan fungsi tindak balas dan saraf mengalami kemerosotan atau mati sebelum waktunya.



## GEJALA UMUM

### KELEMAHAN & PENYUSUTAN OTOT

Kelemahan dan kemerosotan fungsi otot pada anggota atas (lengan) atau anggota bawah (kaki) seperti kekejangan otot, kejang dan kedutan otot.



### PERTUTURAN TIDAK JELAS & SUKAR TELAN

Rembesan air liur berlebihan, pertuturan tidak jelas dan sukar menelan boleh berlaku kelemahan, penyusutan dan kekejangan pada otot lidah serta tekak.



### SUKAR BERNAFAS

Kelemahan pada otot pernafasan akan mengurangkan kapasiti paru-paru. Seseorang mungkin mengalami tidur yang tidak segar, sakit kepala waktu pagi dan keletihan melampau siang hari.



### KELETIHAN

Pesakit sering mengadu penat yang disebabkan faktor antaranya kepenatan otot (mengecut/ kejang/ tegang dan kebas) yang menjejaskan pergerakan, stamina berkurangan, penurunan berat badan, perubahan metabolik dan pengambilan makanan berkurangan.



Kebanyakan kes dikesan lewat

# Kesedaran penyakit saraf sangat rendah

Oleh **SOFIA NASIR**

**KUALA LUMPUR** - Kesedaran mengenai penyakit Motor Neurone Disease (MND) atau penyakit saraf motor neuron masih rendah di negara ini, jauh ketinggalan berbanding penyakit berbahaya lain.

Pakar perunding Neurologi di Hospital Canselor Tuanku Muhriz Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM) berkata keadaan ini membimbangkan ekoran ramai pesakit hanya dikesan pada tahap akhir, sekali gus menyukarkan usaha rawatan.

"Kebanyakan pesakit kita akan jumpa pakar lain terlebih dahulu seperti ortopedik dan sebagainya kerana mereka beranggapan mereka menghidap penyakit lain.

"Apabila doktor pakar lain buat pemeriksaan dan didapati tiada masalah, barulah mereka dirujuk kepada pakar neurologi," kata Prof Madya Dr Rabani Ramli kepada Media Selangor.

Beliau berkata demikian selepas menyampaikan ceramah bertajuk MND sempena sambutan Hari Kesihan

tan Otak anjuran Fakulti Perubatan UKM pada 13 Mei.

Dr Rabani memberitahu gejala MND berbeza bagi setiap pesakit selain berlaku dengan perlahan sehingga pesakit tidak sedar yang mereka telah mengalami kesukaran ketara dan terlambat.



Katanya, penyakit jarang jumpa ini sering menyerang tanpa amaran pada kemuncak kehidupan individu, dengan ada antara mereka mempunyai sejarah keluarga atau mutasi genetik tertentu.

Untuk rekod, legenda bola sepak tanah air Allahyarham Datuk Mokhtar Dahari menderitanya penyakit MND pada umur 35 tahun sebelum meninggal dunia pada 11 Julai 1991.

Selain Mokhtar, ahli fizik, kosmologi, yang juga penulis terkenal dunia iaitu Stephen Hawking turut menghidap MND pada usia 21 tahun dan meninggal dunia pada 2018 ketika berumur 76 tahun.

"Mungkin disebabkan mereka orang yang aktif, jadi

apabila berlaku simptom lemah pada tubuh badan, mereka cepat jumpa doktor dan dapat dikenal pasti lebih awal," kata Dr Rabani.

Katanya, kira-kira 90 peratus punca MND adalah sporadik iaitu berlaku tanpa sebab jelas manakala lima hingga 10 peratus kes ada komponen genetik seperti mutasi gen SOD1, C9orf72 dan beberapa lagi.

Beliau yang juga pensyarah di Fakulti Perubatan UKM berkata pesakit MND dengan mutasi gen SOD1 boleh dirawat melalui ubat khusus dari luar negara tetapi kosnya sangat tinggi.

"Untuk mutasi gen SOD1 boleh rawat menggunakan ubat Tofersen yang boleh dibeli dari United Kingdom dengan kos RM1 juta setahun. Di Malaysia belum ada lagi pesakit yang ambil ubat itu," katanya.

Antara gejala awal MND termasuk kelemahan otot secara perlahan-lahan yang lazimnya bermula di tangan atau kaki, sukar menelan, suara menjadi sengau atau tidak jelas, kekejangan otot serta pengecutan otot kecil.

Semua gejala berkenaan akan merebak ke seluruh badan sehingga ke otot pernafasan, yang akhirnya menyebabkan kematian pesakit.

## FAKTA NYANYUK

Menjelang 2036, diunjur ada lebih 4.1 juta rakyat berusia 60 tahun ke atas di Malaysia. Angka itu kira-kira 1.5 kali lebih pantas daripada Jepun.

Menurut Yayasan Penyakit Alzheimer Malaysia, bilangan pesakit nyanyuk dijangka melonjak 312 peratus iaitu 637,500 hingga 825,000 orang menjelang 2050.

Berdasarkan Tinjauan Kebangsaan Kesihatan dan Morbidi (NHMS) 2025 pula, kesihatan kebanyakan warga emas kurang memuaskan. Hanya 14.7 peratus menjalani proses penuaan dengan sihat.










Kadar penghidap nyanyuk 9.8 peratus pada 2025 berbanding 8.5 peratus pada 2018. Sebanyak 68 peratus ada dua penyakit sama ada kencing manis, darah tinggi dan kolesterol tinggi. Kebanyakannya tidak menyedari ada penyakit itu.

Mengikut Pertubuhan Kesihatan Sedunia (WHO), sekitar 57 juta orang di seluruh dunia menghidap nyanyuk pada 2021. Setiap tahun, hampir 10 juta kes baharu dikesan. Nyanyuk punca kematian ketujuh tertinggi di dunia.










Pada 2019, masalah nyanyuk menelan kos ekonomi AS\$ 1.3 trilion (RM5.38 trilion). Kira-kira 50 peratus perbelanjaan digunakan untuk aspek penjagaan.



## FAKTOR YANG MENINGKATKAN RISIKO

-  usia lanjut (65 tahun atau lebih)
-  tekanan darah tinggi (hipertensi)
-  kandungan gula dalam darah tinggi (kencing manis)
-  berat badan berlebihan atau obesiti
-  tabiat merokok berlebihan
-  minum alkohol terlalu banyak
-  tidak aktif secara fizikal (kurang bersenam)
-  hidup menyendiri atau terasing dari masyarakat
-  kemurungan

## GEJALA AWAL

-  mudah lupa sesuatu perkara atau peristiwa yang baru berlaku
-  selalu hilang barang atau tersalah letak barang
-  tersesat jalan ketika berjalan kaki atau memandu
-  rasa keliru walaupun berada di tempat yang lazim
-  selalu lupa atau keliru tentang waktu dan masa
-  sukar selesaikan masalah atau membuat keputusan
-  susah mencari perkataan sesuai semasa bercakap
-  sukar melakukan tugas harian yang lazim
-  gagal anggar jarak objek dari pandangan mata

## PERUBAHAN EMOSI DAN TINGKAH LAKU

- rasa cemas, sedih atau marah
- perubahan pada perwatakan diri
- tingkah laku kurang sopan atau tidak bersesuaian keadaan
- mula menarik diri daripada urusan kerja atau aktiviti sosial
- kurang peduli atau kurang berminat dengan emosi orang lain

## Ancaman negara menua

# Kes nyanyuk naik ketara

Oleh **SOFIA NASIR**

**KUALA LUMPUR** - Demensia atau nyanyuk kini dianggap sebagai penyakit senyap selain disifatkan sebagai antara ancaman sekali gus membawa negara beralih ke arah status negara menua.

Pensyarah Fakulti Perubatan Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM) Dr Tan Juen Kiem berkata bilangan penghidap penyakit itu meningkat ketara iaitu kira-kira 10 peratus daripada bilangan warga emas.

Beliau yang merujuk statistik menjelaskan sekitar 10 peratus daripada penduduk berusia lebih 60 tahun di negara ini mengalami nyanyuk berbanding hanya lapan peratus sebelum ini.

"Walaupun tidak nampak seperti pesakit terlantar lain, kebanyakan pesakit demensia tidak keluar rumah. Susah hen-

dak kenal pasti statistik sebenar, biasanya sudah teruk baru datang ke hospital," katanya kepada Media Selangor.

Beliau berkata demikian selepas menyampaikan ceramah bertajuk Demensia sempena sambutan Hari Kesihatan Otak anjuran Fakulti Perubatan UKM di sini, pada 12 Mei lalu.

Menurut Dr Juen Kiem, pesakit lazimnya menunjukkan gejala awal pada usia muda antaranya masalah kognitif, pertuturan berulang dan sukar memberi tumpuan terhadap sesuatu perkara.

Katanya, nyanyuk sering dikait dengan faktor genetik tetapi penyakit yang sering dihadapi kelompok war-

ga emas itu sebenarnya bersifat sprodik iaitu berlaku tanpa sebarang sebab jelas.

"Memang ada faktor genetik. Daripada muda memang sudah nampak simptom seperti masalah kognitif, masalah perhatian, bahasa dan sebagainya. Tetapi banyak kes juga bersifat sprodik.

"Namun, kita tiada kebolehan untuk siasat dengan teliti seperti negara maju. Di negara maju ada ujian genetik dan mereka juga ada pangkalan data yang besar (untuk kajian)," katanya.

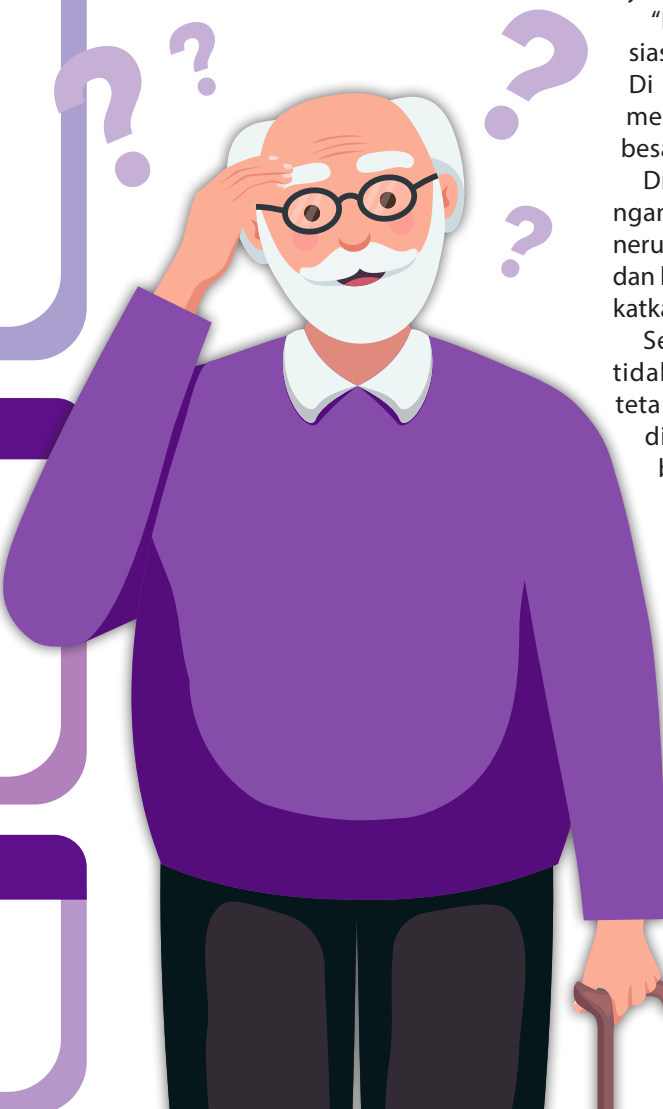
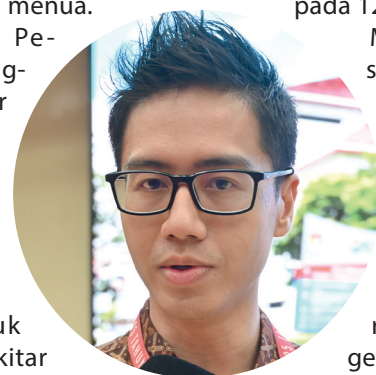
Dr Juen Kim menjelaskan perkembangan nyanyuk mampu dilambatkan menerusi amalan pemakanan sihat, senaman dan latihan kognitif yang mampu meningkatkan fungsi otak dan daya ingatan.

Sehingga kini, katanya, penyakit itu tidak mampu dipulihkan sepenuhnya tetapi gejala penyakit berkenaan boleh dikawal menerusi ubat-ubatan khas, bergantung kepada situasi kes tertentu.

"Sekarang ada ubat untuk kawal simptom. Kita beri ubat merangsang fungsi otak bagi sesetengah kes. Walaupun ia tidak boleh dipulihkan, ia boleh mengurangkan simptomnya," kata beliau lagi.

Menurut Dr Juen Kim, ada ubat baharu yang dikatakan berupaya melambatkan perkembangan nyanyuk tetapi harganya mahal tetapi ia berkemungkinan lebih murah pada masa depan.

"Walaupun masih mahal, saya berpendapat apabila semakin banyak kajian, saya rasa ia akan semakin murah dan suatu hari nanti mungkin kita boleh ubati demensia."



Elak tenaga mahir berhijrah

# UNISEL tangani isu kekurangan jururawat

Oleh SUHAILA SHAHRUL ANNUAR

**SHAH ALAM** - Model pendidikan sains kesihatan berasaskan jaminan pekerjaan yang dijalankan Universiti Selangor (UNISEL) berupaya menangani isu kekurangan jururawat dan penghijrahan tenaga kerja kesihatan.

Menurut dekan Fakulti Sains Kesihatan UNISEL, program Selangor Frontliner Apprenticeship Program (SELFA) Hospital Scholarship Program (HSP) menawarkan ekosistem pendidikan lebih mampan.

Mohd Sharikh Dali Mahad menjelaskan SELFA-HSP yang diperkenalkan sejak 2021 menggabungkan latihan akademik, pembangunan kompetensi industri dan laluan kerjaya yang lebih jelas kepada pelajar.

Menurut beliau, pendekatan tersebut signifikan ekoran Malaysia dijangka terus berdepan kekurangan tenaga jururawat sehingga 2030 berdasarkan unjuran Kementerian Kesihatan.

"Isu ketidakcukupan tenaga jururawat dijangka menjadi semakin kritikal dalam tempoh beberapa tahun akan datang. Malah, menjelang 2030, sektor kesihatan awam dianggarkan berdepan kekurangan hampir 60 peratus tenaga jururawat, khususnya di hospital kerajaan," katanya.

SELFA-HSP melibatkan kerjasama hospital swasta sebagai penaja melalui tawaran biasiswa penuh kepada pelajar diploma kejururawatan selain jaminan kerjaya selepas tamat pengajian.

Mohd Sharikh berkata kekurangan jururawat ketara pascapandemik Covid-19 apabila krisis kesihatan dunia membawa kesan langsung kepada kesinambungan rantaian penghasilan tenaga kerja baharu.

Katanya, gangguan terhadap proses latihan, penempatan klinikal dan pembangunan profesional mewujudkan jurang penawaran dan permintaan tenaga kerja itu dalam sektor sains kesihatan.

"Pemulihan kapasiti penghasilan jururawat dan tenaga pakar bukanlah sesuatu yang boleh dicapai dalam tempoh singkat kerana proses melahirkan tenaga profesional berkualiti memerlukan sekurang-kurangnya tiga tahun latihan yang



sistematik dan berterusan.

"Walaupun gangguan terhadap rantaian penghasilan tenaga kerja itu hanya melibatkan satu hingga dua kohort, kesannya amat besar apabila digabung dengan pertumbuhan pesat sektor penjagaan kesihatan global yang meningkatkan permintaan tenaga mahir saban tahun," katanya.

Menurut Mohd Sharikh, ketidakseimbangan itu mengakibatkan pasaran lebih kompetitif terutama wujud penawaran pakej kerjaya lebih menarik dalam sektor swasta dan institusi luar negara.

"Dalam konteks pasaran terbuka, penghijrahan tenaga pakar tempatan sukar dielak. Namun, keadaan itu menjadi lebih mencabar apabila tekanan kerja yang berpanjangan dan isu burnout (kelesuan melampau).

"(Ini) mendorong sebahagian pengamal kesihatan untuk mencari persekitaran kerja yang lebih kondusif serta ganjaran yang setimpal dengan tahap kepakaran dan komitmen mereka," katanya.

Bagi mengatasi isu kehilangan tenaga mahir dalam sektor kesihatan, beliau mencadangkan pakej lebih kompetitif termasuk gaji, suasana kerja dan perkembangan kerjaya lebih baik dibuat.

"Mahu tidak mahu, kita perlu kompetitif dari segi gaji

dan sebagainya. Selain gaji, mungkin ada orang tidak terlalu mencari gaji tinggi tetapi suasana kerja sihat atau peluang perkembangan kerjaya," katanya.

Mohd Sharikh berkata sektor tersebut juga berdepan cabaran ekoran minat generasi muda terhadap sains kesihatan berkurangan meski bidang itu paling stabil dan berdaya tahan dari ketidaktentuan ekonomi.

"Generasi hari ini mungkin kurang didedahkan bahawa bidang sains kesihatan sebenarnya menawarkan jaminan kerjaya yang sangat kukuh, selain prospek pendapatan yang kompetitif dan peluang pembangunan profesional yang berterusan," katanya.

Beliau bimbang berikutan sebahagian besar pelajar tidak benar-benar memahami keluasan laluan kerjaya dalam bidang itu, hanya tertumpu kepada profesion kejururawatan atau doktor secara umum.

"Sedangkan bidang ini merangkumi pelbagai disiplin kritikal yang mempunyai permintaan tinggi di peringkat nasional dan global," katanya lagi.

Katanya, bidang yang kian mendapat perhatian industri antaranya fisioterapi, pengimejan perubatan, teknologi makmal dan beberapa cabang lain yang menawarkan prospek memberangsangkan.

Justeru, Mohd Sarikh berkata Fakulti Sains Kesihatan UNISEL bekerjasama dengan Kerajaan Negeri bagi memperluas kesedaran pelajar mengenai peluang dan laluan kerjaya sektor tersebut.

## FAKTA BIASISWA SELFA-HSP?

SELFA-HSP adalah inisiatif UNISEL dengan kerjasama rakan industri hospital swasta yang menyediakan biasiswa penuh kepada pelajar diploma kejururawatan sepanjang pengajian.



Biasiswa itu juga menawarkan jaminan pekerjaan di hospital terpilih selepas tamat pengajian.



## RAKAN KERJASAMA

 Hospital Pantai	 Gleneagles	 Sri Mahkota Specialist Medical Centre	 Avicena Specialist Hospital	 Hospital Pakar Al-Islam
 Bagan Specialist Centre	 Hospital Thompson	 Columbia Asia	 Hospital Island	 Medical Centre (PMCK)

## KELEBIHAN

- Tajaan yuran pengajian 100 peratus
- Elaun pembelian buku setiap tahun (jika berkenaan)
- Elaun aktif pelajar (jika berkenaan)
- Percuma pengangkutan ke latihan klinikal
- Percuma kemudahan asrama
- Percuma dua set uniform setiap tahun
- Percuma kit jururawat



**Graduan yang kita lahirkan, mereka ini boleh kita kategorikan dalam permintaan tinggi. Belum habis belajar lagi, pihak hospital sudah mula bertanya-tanya pelajar yang bakal bergraduasi. Ini terutama dalam bidang fisioterapi, pengimejan perubatan, teknologi makmal perubatan dan kejururawatan**

## Lembah Klang pilihan pengunjung antarabangsa

# Sasar tambahan 15 peratus pelancongan perubatan

Oleh **YASMIN RAMLAN**

**SUBANG JAYA** - Kerajaan Selangor menyoar pertumbuhan tahunan sebanyak 15 peratus bagi sektor pelancongan perubatan.

Sasaran itu didorong jaringan perhubungan yang kukuh, rangkaian hospital swasta yang meluas serta peningkatan keyakinan antarabangsa terhadap perkhidmatan kesihatan Malaysia.

Ketua Pegawai Eksekutif Tourism Selangor Chua Yee Ling menjelaskan data dalam tempoh dua tahun terakhir menyaksikan Lembah Klang mengatasi Pulau Pinang dan Melaka dari segi bilangan ketibaan pesakit antarabangsa.

"Kami melihat pertumbuhan pasaran sekitar 15 peratus. Kami mahu lebih tinggi, namun pada masa sama, pertumbuhan yang sederhana juga baik kerana ia menunjukkan rakyat kekal sihat," katanya kepada Media Selangor.

Katanya, lebih 336,000 daripada 8.42 juta pelancong ke Selangor sepanjang tahun lalu atas tujuan pelancongan perubatan yang dijangka menyumbang antara RM1.5 bilion hingga RM2 bilion.

Menurut Yee Ling, angka itu tiga hingga empat kali ganda lebih tinggi berbanding purata perbelanjaan

pelancong biasa melalui kos rawatan, penginapan ahli keluarga atau penjaga dan perbelanjaan runcit.

Berdasarkan Majlis Pelancongan Penjagaan Kesihatan Malaysia (MHTC), Lembah Klang yang merangkumi Selangor, Kuala Lumpur dan Putrajaya mengatasi Pulau Pinang sebagai hab utama pelancongan perubatan.

Lembah Klang menerima kira-kira 560,700 pesakit antarabangsa antara Januari hingga November 2024 dan menjana hasil mencecah RM886 juta.

Walaupun Indonesia kekal pasaran terbesar Selangor, Tourism Selangor giat memperluas pasaran baharu termasuk China, India, Asia Barat, Jepun dan negara-negara Asia Tenggara.

Tourism Selangor juga meneroka potensi pasaran Kemboja manakala usaha memperluas pasaran Asia Barat dipantau rapi ekoran faktor ketidaktentuan geopolitik dunia.

### Ekosistem kukuh

Yee Ling memberitahu kelebihan daya saing Selangor terletak kepada ekosistem kesihatan yang kukuh khususnya tumpuan pusat perubatan swasta serta akses antarabangsa yang baik.

"Selangor mempunyai jumlah pusat perubatan swasta paling banyak iaitu 46 buah. Berbanding negeri lain

di Malaysia, kita sebenarnya memiliki kemudahan perubatan terbaik," katanya.

Lapangan Terbang Antarabangsa Kuala Lumpur dan Lapangan Terbang Sultan Abdul Aziz Shah di Subang turut menjadikan Selangor pintu masuk utama negara.

Selain itu, faktor bahasa, kos rawatan yang lebih mampu milik dan keyakinan terhadap sistem kesihatan Malaysia terus menarik pesakit luar negara terutama Indonesia.

"Kos penjagaan kesihatan kita mampu milik dan kompetitif. Apabila mereka melihat pakej ditawarkan di Malaysia, harganya masih berpatutan dan tidak terlalu mahal seperti Singapura.

"Sebab itu saya percaya kita mempunyai potensi yang sangat besar dalam pasaran ini kerana orang ramai yakin dengan perkhidmatan kita," katanya lagi.

Mengulas kempen promosi Tourism Selangor ekoran konflik di Asia Barat dan peningkatan kos perjalanan global, Yee Ling berkata, pelancongan perubatan lebih berdaya tahan berbanding pelancongan rekreasi.

"Bagi rawatan perubatan, walau apa pun kosnya, orang ramai tetap akan mendapatkannya jika diperlukan. Ia berbeza dengan pelancongan rekreasi apabila perbelanjaan lebih bersifat pilihan dan orang ramai mungkin akan berfikir semula jika kos terlalu tinggi," katanya.

## Rawatan kesuburan berpotensi besar

**SUBANG JAYA** - Rawatan kesuburan dikenal pasti antara bidang berpotensi besar bagi merangsang sektor pelancongan perubatan.

Ketua Pegawai Eksekutif Tourism Selangor Chua Yee Ling menjelaskan rawatan sedemikian khususnya persenyawaan in-vitro (IVF) muncul antara segmen paling pesat berkembang.

"Bagi rawatan kesuburan seperti IVF, pesakit memerlukan beberapa kali lawatan. Mereka datang selama tiga atau empat hari dan perlu kembali semula pada bulan berikutnya.

"Proses ini boleh mengambil masa antara tiga hingga enam bulan atau sehingga setahun," katanya kepada Media Selangor baru-baru ini.

Beliau berkata pakej IVF mendapat sambutan bukan sahaja dalam kalangan pesakit antarabangsa bahkan rakyat tempatan, malah beberapa hospital di Selangor giat mempromosi rawatan tersebut.

Menurut Yee Ling, rawatan tersebut mendapat perhatian meluas selepas ia dipopularkan penyanyi tersohor tanah air Datuk Seri Siti Nurhaliza Tarudin yang sebelum ini bekerjasama dengan Alpha IVF Group.

### Pelancongan kesejahteraan

Yee Ling memberitahu Selangor juga giat menyasarkan kelompok warga emas melalui pakej berteraskan kesejahteraan, gabungan pelancongan santai dan penjagaan kesihatan pencegahan.

Beliau menjelaskan banyak hospital menawarkan pakej khusus untuk warga emas yang memerlukan



**Bagi rawatan kesuburan seperti IVF, pesakit memerlukan beberapa kali lawatan. Mereka datang selama tiga atau empat hari dan perlu kembali semula pada bulan berikutnya. Proses ini boleh mengambil masa antara tiga hingga enam bulan atau sehingga setahun**

rawatan katarak, ortopedik dan pemantauan kesihatan berkala.

"Kami menggalakkan penuaan aktif iaitu individu menjaga kesihatan dan memantau laporan perubatan mereka supaya kekal sihat. Ini melibatkan pesakit tempatan dan antarabangsa," katanya.

Katanya, minat terhadap konsep kesejahteraan dan penjagaan warga emas bertambah ekoran peningkatan populasi menua termasuk pusat pemulihan selepas dis-

caj hospital dan kemudahan kediaman berbantu.

Yee Ling juga memberi contoh pembangunan seperti Sunway Sanctuary yang menyediakan kemudahan pemulihan dan rehabilitasi jangka pendek untuk warga emas selepas discaj dari hospital.

"Ini akan menjadi trend masa depan kerana ramai pasangan bekerja yang memerlukan sokongan penjagaan apabila ibu bapa mereka semakin berusia dan memerlukan perhatian," katanya.

Menjelaskan penjagaan kesihatan pencegahan tumpuan pelancongan perubatan, beliau berkata pihak berkuasa dan penyedia kesihatan berusaha mengubah tanggapan supaya masyarakat tidak hanya mendapatkan rawatan selepas sakit.

"Kempen ini bukan sekadar mendapatkan doktor apabila sakit. Keseluruhan kempen penjagaan kesihatan dan kesejahteraan adalah menjadikan penjagaan kesihatan sebagai amalan berterusan," katanya.

Beliau turut menjelaskan saringan berkala dan pemeriksaan kesihatan kini semakin dipromosi sebagai sebahagian pakej pelancongan kesejahteraan khususnya kalangan pelancong warga emas.

Katanya, kos rawatan di Malaysia yang relatif berpatutan, digabung kepakaran perubatan dan kepercayaan pesakit, juga memberi kelebihan kepada negara berbanding pesaing serantau.

Tambah Yee Ling, pendigitalan dan teknologi moden memperkukuh daya saing Selangor ekoran banyak hospital membuat pembedahan robotik, telekonsultasi dan penjagaan kesihatan dibantu kecerdasan buatan (AI).





**TEKUN...** Muhaimin Arif bersama anaknya mengunjungi reruai Inisiatif Buku Darul Ehsan sempena Pesta Buku Antarabangsa Kuala Lumpur (PBAKL) di Pusat Dagangan Dunia, Kuala Lumpur pada 30 Mei. Buku falsafah, biografi dan novel antara genre yang paling mendapat sambutan dalam kalangan generasi muda sepanjang PBAKL. Foto REMY ARIFIN

## Kurikulum pelajaran ikut kehendak pasaran

# Graduan sains kesihatan UNISEL rebutan industri

Oleh **SUHAILA SHAHRUL ANNUAR**

**SHAH ALAM** - Graduan Fakulti Sains Kesihatan Universiti Selangor (UNISEL) senang memperoleh pekerjaan dan hampir semuanya diambil bekerja dalam masa enam bulan selepas tamat pengajian.

Dekannya Mohd Sharikh Dali Mahad memberitahu kejayaan tersebut ekoran kurikulum sains kesihatan disusun mengikut kehendak pasaran dan pelajar didedahkan kepada latihan amali.

Katanya, sebanyak 97.6 peratus graduan memperoleh pekerjaan dalam masa enam bulan selepas tamat pengajian berdasarkan Sistem Kajian Pengesanan Graduan 2025 Kementerian Pendidikan Tinggi.

Beliau memberitahu beberapa program kritikal seperti fisioterapi, pengimejan perubatan dan teknologi makmal perubatan pula mencatat kadar kebolehpasaran sebanyak 100 peratus.

"Graduan yang kita lahirkan, mereka ini boleh kita kate-

gorikan dalam permintaan tinggi. Belum habis belajar lagi, pihak hospital sudah mula bertanya-tanya pelajar yang bakal bergraduasi.

"Ini terutama dalam bidang fisioterapi, pengimejan perubatan, teknologi makmal perubatan dan kejururawatan," katanya kepada Media Selangor.

Menurut Mohd Sharikh, kekuatan utama antaranya kurikulum berorientasi industri yang memberi penekanan kepada latihan klinikal secara intensif di hospital utama sejak awal pengajian.

Katanya, pelajar juga mendapat sokongan 17 hospital swasta di seluruh Semenanjung Malaysia yang menyediakan peluang latihan industri dan penajaan penuh kepada pelajar terpilih.

"Pengajian di sini bukan sekadar teori. Kita memberi penekanan kepada pengalaman industri, kemahiran klinikal dan pembangunan profesional pelajar.

"Sebab itu industri melihat graduan kita mempunyai keterampilan yang berbeza dari segi disiplin kerja, komunikasi dan tahap kesiapsiagaan untuk terus berkhidmat," katanya.

“

Graduan yang kita lahirkan, mereka ini boleh kita kategorikan dalam permintaan tinggi. Belum habis belajar lagi, pihak hospital sudah mula bertanya-tanya pelajar yang bakal bergraduasi. Ini terutama dalam bidang fisioterapi, pengimejan perubatan, teknologi makmal perubatan dan kejururawatan