

AKHBAR : HARIAN METRO

MUKA SURAT : 26

RUANGAN : EXPRESI



Wanita perlu jalani pemeriksaan gula dalam darah secara tahunan selepas bersalin

DIABETES KETIKA HAMIL



DR Noor Hisham

Aniza Zainudin

anizazainudin@hmetro.com.my

Berada di kedudukan kesembilan sebagai 'pembunuh' wanita di seluruh dunia dengan catatan 2.1 juta kematian, Kementerian Kesihatan Malaysia mengambil tindakan proaktif dalam meningkatkan kesedaran mengenai penyakit diabetes sempena sambutan Hari Diabetes Sedunia pada 14 November lalu.

Bersesuaian dengan tema Wanita dan Diabetes: Kesihatan Kita, Milik Kita, Hak Kita; Ketua Pengarah Kesihatan Datuk Dr Noor Hisham Abdullah berkata, kempen tahun ini fokus kepada wanita untuk menerima akses penjagaan dan pengetahuan lengkap dalam mengawal diabetes.

Statistik terbaru 2016 menunjukkan seramai 3.6 juta penduduk Malaysia berusia 18 tahun ke atas adalah penghidap diabetes dan daripada jumlah berkenaan, seramai 1.8 juta adalah wanita.

"Kementerian komited memberikan akses penjagaan dan maklumat yang cukup supaya wanita mampu mengawal diabetes.

"Ini merangkumi golongan wanita mengandung untuk mendapatkan saringan, didikan dan penjagaan terbaik demi kesihatan ibu serta anak dalam



IBU hamil berisiko mendapat penyakit diabetes mellitus jenis 2 selepas melahirkan anak.

kandungan.

"Bagi semua ibu hamil yang berisiko, mereka disarankan melakukan saringan diabetes mellitus gestasi (GDM) antara minggu ke-24 hingga 28 kehamilan dengan ujian 'modified' toleransi glukosa oral (mOGTT).

"Manakala, pesakit diabetes yang mahu hamil, perlu menghadiri kaunseling prakehamilan sebelum hamil supaya mereka mampu mengawal paras gula dalam darah dengan lebih baik sebelum dan sewaktu kehamilan," katanya.

Bagi ibu hamil yang berisiko perlu melakukan ujian OGTT untuk memeriksa tindakan balas

badan ibu mengawal tahap gula dalam darah sekali gus mengenal pasti penyakit kencing manis ketika hamil.

Berdasarkan kajian Institut Kesihatan Kebangsaan Amerika Syarikat, ibu yang hamil bersama diabetes memiliki risiko tinggi antara 20 hingga 50 peratus untuk mendapat penyakit diabetes mellitus (jenis 2) berterusan dalam tempoh lima hingga 10 tahun selepas melahirkan anak.

Untuk mengurangkan risiko penyakit ini, wanita perlu menjalani pemeriksaan gula dalam darah secara tahunan selepas bersalin.

Selain itu, mereka perlu

fokus pada penjagaan kesihatan, pemakanan seimbang dan gaya hidup aktif.

Bagi pesakit diabetes mellitus jenis 1 (IDDM) yang berhasrat untuk memiliki cahaya mata pula, mereka perlu mendapatkan khidmat runding daripada pakar perubahan pelbagai bidang selain obstetrik dan ginekologi.

Ini kerana mereka berdepan risiko keguguran atau bayi dilahirkan dengan kecacatan, serta mendapat penyakit jantung 10 kali ganda berbanding ibu normal.

Antara perkara perlu dititikberatkan ketika hamil termasuklah imbasan terhadap pemeriksaan fizikal, darah, air kencing dalam menjaga kesuburan kandungan.

Selain mengamalkan gaya hidup aktif, golongan ibu perlu mengambil makanan berserat untuk kesihatan jantung mereka dan mengurangkan makanan bergula, berlemak serta berminyak.

Peningkatan kes diabetes antara penyakit kronik yang kian membimbangkan, justeru KKM menyambui baik inisiatif daripada pelbagai pihak untuk bersama-sama membantu menyebarkan kesedaran kepada orang ramai mengenai bahaya penyakit diabetes.

INFO

- Jika tidak berhati-hati, penyakit diabetes ketika hamil (diabetes gestasi) boleh mengakibatkan paras gula dalam darah tidak terkawal.
- Ia mewujudkan komplikasi dan risiko si ibu terpaksa bersalin menggunakan kaedah pembedahan.
- Diabetes gestasi yang tidak dirawat boleh mengakibatkan kematian bayi sama ada sebelum atau tidak lama selepas kelahiran.

Kompikasi diabetes gestasi terhadap bayi:
1. Berat lahir berlebihan
Glukosa tambahan ibu membuatkan pankreas bayi menghasilkan insulin tambahan. Ini menjadikan bayi lebih besar dan cenderung 'terperangkap' dalam salur darah, menyebabkan kecederaan kelahiran atau kelahiran memerlukan pembedahan.

2. Sindrom kelahiran dan pernafasan awal
Paras gula dalam darah ibu yang tinggi meningkatkan risiko kelahiran awal sebelum waktu sepatutnya. Bagaimanapun doktor juga boleh menyarankan kelahiran awal jika perlu. Risikonya bayi mungkin mengalami sindrom kesukaran bernafas dan memerlukan alat bantuan pernafasan sehingga paru-paru menjadi lebih kuat. Bayi ibu diabetes turut mengalami sindrom ini meskipun mereka tidak dilahirkan lebih awal.

3. Paras gula dalam darah rendah (hipogliseremia)
Keadaan ini boleh menyebabkan bayi sowan.

4. Risiko menghidap diabetes mellitus jenis 2 ketika dewasa
Bayi berisiko mengalami obesiti dan menghidap diabetes mellitus jenis 2 ketika dewasa.

Kompikasi diabetes gestasi kepada ibu

1. Tekanan darah tinggi dan praeklampsia
2. Diabetes pada masa depan di mana risiko mendapat diabetes semasa kehamilan akan datang dan cenderung menghidap penyakit ini apabila semakin berusia.

AKHBAR : HARIAN METRO

MUKA SURAT : 20

RUANGAN : EXPRESI

UBAT

"Saya hanya ambil ubat original. Ubat generik banyak kesan sampingan dan tidak berkesan kerana ia ubat tiruan."

Kenyataan di atas kerap menjadi hujah segelintir pihak setiap kali isu penggunaan ubat generik dibincang. Salah faham ini tidak hanya diutarakan oleh masyarakat awam malah kadangkala oleh ahli profesional kesihatan yang lain. Ini berlaku kerana ramai tidak faham maksud sebenar ubat generik dan bagaimana ia diuji setanding dengan ubat-ubatan asal.

DEFINISI

Ubat inovator atau kerap digelar "ubat original" oleh orang awam adalah ubat yang mula-mula diluluskan untuk dijual. Ubat sebegini biasanya mengandungi bahan aktif baru, formulasi baru atau cara administrasi baru. Kebiasaannya ia diberi hak paten selama 20 tahun dan hanya boleh dijual oleh syarikat yang mencipta atau menemui ubat itu.

Ubat generik pula

UBAT GENERIK LULUS UJIAN BIOKESERATAAN

dihasilkan setelah tempoh paten ubat inovator tamat. Bagi diluluskan dalam pasaran, ia perlu dibuktikan setanding dengan produk inovator dari segi kualiti, keselamatan dan keberkesanan. Ubat ini hanya boleh dipasarkan selepas tempoh paten ubat asal tamat.

Ubat inovator biasanya berharga lebih tinggi berbanding ubat generik kerana ia masih dalam tempoh paten. Penghasilan ubat baru memakan kos ratusan

juta ringgit termasuk kos penyelidikan, formulasi dan kajian praklinikal dan klinikal. Syarikat farmaseutikal terpaksa ambil kira kos ini dalam menetapkan harga ubat yang dikeluarkan.

Setengah pihak berpendapat ubat generik tidak berkualiti kerana harganya murah. Satu kajian di Amerika Syarikat pada 2008 di mana dua kumpulan pesakit diberi ubat yang

sama. Kumpulan pertama diberitahu ubat itu berharga mahal manakala kumpulan kedua diberitahu mereka diberi ubat berharga murah.

Apa yang menarik, hasil kajian mendapati kesan yang lebih baik ditunjukkan dalam kumpulan pertama. Walaupun diberi ubat yang sama, persepsi dan tahap kepercayaan terhadap kualiti ubat berdasarkan harga boleh mempengaruhi kesan rawatan.

Ini tanggapan yang salah kerana keberkesanan ubatan generik setanding dengan ubat inovator. Ubat generik mengandungi bahan aktif, kuantiti bahan aktif, indikasi dan cara pengambilan yang sama dengan ubat inovator serta menjalani ujian biokeserataan (bioequivalence).

UJIAN BIOKESERATAAN

Bahan aktif adalah bahan dalam ubat yang memberikan kesan terapeutik kepada manusia. Namun begitu, kesan sesuatu

bahan aktif itu bergantung pada beberapa faktor lain terutamanya dos. Apabila sesuatu ubat diambil, bahan aktif akan diserap ke dalam darah pada kepekatan tertentu.

Ujian biokeserataan membandingkan ubat inovator dan ubat generik. Ia bertujuan membuktikan kepekatan dan kadar penyerapan kandungan bahan aktif dua produk itu setanding dalam darah dalam tempoh yang sama.

Jika lulus ujian biokeserataan, ia menunjukkan ubat inovator dan ubat generik mempunyai bahan aktif hampir sama di dalam darah pada satu-satu masa. Oleh itu, perbezaan dalam formulasi ubat itu tidak lagi penting kerana ia dapat membekalkan bahan aktif dengan kepekatan yang hampir sama dalam darah.

BUKTI KEBERKESANAN

Semua rawatan yang diberi, dinilai dengan kajian saintifik. Oleh itu, kita patut

rujuk pada bukti saintifik sama ada wujud perbezaan ubat inovator dan generik. Ini kerana pengalaman peribadi perawat atau pesakit hanyalah bersifat testimoni dan bukan bukti kukuh.

Terdapat banyak kajian membandingkan keberkesanan dan keselamatan ubat generik dan inovator. Kajian ini kebanyakannya berbentuk metaanalisis yang juga kajian berkualiti tinggi dan diiktiraf sebagai pembuktian tahap tinggi dalam dunia perubatan.

MELUASKAN LIPUTAN RAWATAN

Di Malaysia, kajian menunjukkan ubat generik yang terdapat dalam pasaran adalah 30 hingga 90 peratus lebih murah berbanding ubat inovator. Ini membolehkan majoriti rakyat Malaysia mempunyai akses yang baik pada ubat mampu milik

dan berkualiti.

Penggunaan ubat generik di fasiliti kesihatan membolehkan kerajaan membekalkan rawatan berkualiti dan berkesan secara percuma kepada rakyat. Selain itu, industri penghasilan ubat generik di Malaysia juga berupaya meningkatkan pembangunan industri, ekonomi dan mewujudkan sifat daya saing dalam kalangan industri tempatan.

Semua ubat berdaftar di Malaysia termasuk ubat generik, dijamin kualiti, keberkesanan dan keselamatannya kerana ia diuji dan menjalani proses penilaian yang ketat. Proses ini dikawal Kementerian Kesihatan (KKM) bawah seliaan Bahagian Regulatori Farmasi Negara (NPR). Oleh sebab itu, masyarakat tidak perlu ragu-ragu dengan kualiti, keberkesanan dan keselamatan ubat-ubatan yang diberi.

Sebarang pertanyaan, hubungi Pusat Panggilan Farmasi Kebangsaan di talian 1-800-88-6722 (Isnin hingga Jumaat jam 8 pagi hingga 5 petang).

AKHBAR : HARIAN METRO

MUKA SURAT : 1,10,11

RUANGAN : SETEMPAT

SUKA DUKA DOKTOR 'CUN'

► Mereka pernah dihadiahkan bunga, dirisik bapa pesakit serta melayan kerenah lelaki berpura-pura sakit. Namun ada juga yang sangsi dengan kebolehan mereka sebagai doktor perubatan semata-mata kerana mereka tampil jelita. Ketahui suka duka tiga doktor wanita ini sebagaimana diceritakan kepada **Norhadiani Baharom**.

> 10&11

Tiga pegawai perubatan jelita 'teruji' rawat pesakit



AKHBAR : HARIAN METRO
 MUKA SURAT : 1,10,11
 RUANGAN : SETEMPAT

10 | setempat

METRO AHAD

INSYIRAH



Saya jalani hidup seperti biasa selain cuba menjadi inspirasi kepada kaum wanita di luar sana untuk membina kerjaya di samping mengamalkan gaya hidup serta pengambilan makanan yang sihat

Notakiri Bahasa
 yan@metro.com.my

Utara Lumpur

Terima jambangan bunga, 'pesakit' berpura-pura sakit, dirisik bapa pesakit, ada pesakit mahu bergambar dan pelbagai lagi, beranah orang ramai menjadi antara pengalaman yang kadang-kadang lucu ditempuh tiga doktor jelia ini ketika memberi khidmat di hospital.

Malah, adakalanya keletihan yang ditanggung kepada mereka turut dipersiapkan berbantuan dalam kes tertentu pesakit meragui lapukaran dan tidak percaya mereka adalah doktor.

Bagaimanapun, istilah 'bimbo' yang digunakan untuk wanita jelia, tapi kurang bijak tidak lagi relevan hari ini kerana sudah ramai wanita yang memiliki ciri fizikal menarik dan rupa paras memawan tergolong dalam kalangan bijak pandai.

Ramai wanita generasi moden hari ini malah membahagikan kehidupan dan sececerlangan dalam bidang akademik mampu bergerak seiring

sebagaimana diteliti tiga doktor wanita ini, Nabillah Abdillah, 31, Amanda Eli, 25, dan Sharifah Nur Insyirah Saifuddin Shah, juga berusia 25 tahun tamgih menegis klise mengenai wanita-cantik-tidak-bijak.

Melihat raut wajah mereka yang jelia dan berantakan rautanwan pasti memantapkan jiwa, tidak siapa menyangka ketiga-tiga wanita ini berstatus profesional.

Percaya mahupun tidak, hakikatnya ketiga-tiga mereka adalah graduan cemerlang dalam bidang perubatan.

Namun begitu, bukan topik cabaran kerjaya mereka yang ingin dibas, sebaliknya, mengakis wanita-cantik-ini-berbongsi-makel-pesakit atau pelanggan saat menerima rawatan daripada mereka.

Bagi Nabillah, dia pernah menerima jambangan bunga daripada pesakit, malah ada yang berpura-pura sakit kerana mahukan perkhidmatan daripadanya.

Bukan itu saja, ada bapa pesakit yang menyatakan hasrat mahu menjadikannya menantu.

"Saya bertugas sebagai doktor ganti secara simbalin di sebuah klinik swasta masa itu. Satu hari ada seorang pesakit datang untuk mendapatkan rawatan dan selepas menelusuri kesihatannya saya memberikan dia surat sakit."

"Apa yang melocotkan, kesihatan harinya bapa pesakit itu dalam dan bertanya kepada saya adakah saya sudah berkahwin kerana analanya beminat untuk mengenali saya."

"Ada yang berpura-pura sakit dan macam-macam beranah lagihit. Selain sering menerima jambangan bunga daripada insan yang tidak dikenali," katanya bertugas sebagai doktor di Institut Penyelidikan Perubatan (IMRI) di sini.

Reaksi pesakit berkepan dengan doktor jelia sebagaimana yang dikongsi doktor ini

'KAMI DOKTORLAH'

■ Tiga jelitawan kongsi pengalaman suka duka ketika bertugas di hospital



AKHBAR : HARIAN METRO
MUKA SURAT : 1,10,11
RUANGAN : SETEMPAT



semangainya tidak mengesahkan. Malah, tiap kali memisahkan pekerjaan, ramai yang tidak mempercayai graduan jurusan perubatan dari Universiti Islam Antarabangsa Malaysia (UIAM) berasal dari Kelantan ini adalah seorang doktor. "Pernah suamiku ketika orang ingat saya wakil jualan," kata Nadzirah yang mempunyai tras wajah penyanyi Inas Sarafina. Situasi sama baru berlaku ke atas Amanda, Pakar Eksetik dari Hamam Medspa cawangan Wangsa Maju. Melihar personalitinya yang berati dengan gaya rambut blonde, gadis memiliki tras wajah Datin Zule Ezzette ini dianggap pelakon juga model komersial. "Biasanya realiti pelanggan sebak memasuki bilik konsultasi, mereka seperti selanjut. Mungkin tidak pernah jumpa doktor yang sanggup berambut blonde seperti saya. "Kadang-kala macam tak yakin pun ada, tapi selepas saya memberi penerangan dan memulakan jenis rawatan yang perlu mereka buat, barulah nampak keyakinan pada tras wajah mereka. "Selepas selesai rawatan dan mahu bergerak adalah perkara biasa. Pada saya tidak salah kalau menjadi seorang doktor yang unik dari segi penampilan," kata graduan Ijazah Sarjana Muda Perubatan, Pembedahan Ginekrik dan Nasional University of Kelant.

Galway ini. Menghala perbuahan kepada gadis hijabista lalu Insyirah, dia sudah biasa dengan reaksi curiga orang ramai apabila memaklumkan dirinya seorang doktor. "Pernah ketika kali pertama bertemu dengannya juga mengalami keangsan yang sama kerana Insyirah bukan saka cantik, tetapi memiliki tubuh tinggi tampai has model di pentas peragaan. "Ketika menjalani latihan amali di hospital Russia, ramai pesakit yang ingatkan saya orang tempatan dan tekejut bila mengenali yang saya orang Malaysia. "Ada juga pesakit yang berumur mementa saya berkahwin dengan anak mereka dan menatap terus di saya. "Sejak ini saya tidak banyak pengakuan bersama pesakit kerana selepas mencatatkan pengisian dalam bidang perubatan di Iqare Star Medical University, Russia, saya pindah ke tanah air dan tidak lama kemudian diberi kepercayaan serta tanggungjawab sebagai De Celebrities di Atih London oleh pemilik syarikat bersejarah, Datin Alizah dan isteri. "Cuma memang ramai yang pelik selalu tekejut bila saya dimaklumkan saya seorang doktor. Kata-rata sangka seorang model dan tidak kurang pula menggalakkan saya menjadi pelakon. "Mungkin masyarakat sudah terbiasa dengan pandangan skeptikal atau menganggap perawakan seorang doktor biasanya serius, tidak rula berkesyen atau mempunyai tanggapan bahawa wanita dengan paras rupa memawan biasanya kurang bijak. "Pada pendapat saya amalan seperti itu tidak lagi relevan untuk zaman sekarang kerana ramai wanita cantik yang bersaing di dalam bidang akademik selain mempunyai kerjaya yang baik," kata anak jati Kuala Lumpur ini. Melihar perkembangan mereka di media sosial Instagram, Nadzirah, Amanda dan Insyirah mempunyai jumlah pengikut yang ramai sehingga diberi julukan doktor famous. Justeru, bagaimana mereka membolehkan dengan keadaan ini? "Saya pernah Ekklap seperti biasa seklin cuba menjadi inspirasi kepada kaum wanita di luar sana untuk memulakan kerjaya di samping mengamalkan gaya hidup serta pengamalan

makluman yang rihat," kata Nadzirah. Sememangnya Amanda berkahwin, tetapi insya yang berpakar doktor memuncak stail yang sama yakni memberikan rawatan medical, perhatian dan paling penting bersikap empati. "Status doktor sekeras pada pandangan saya tidak bermakna jika pesakit tidak mendapat perhatian medical yang menyeluruh," katanya. Berbeza dengan Nadzirah dan Amanda, Insyirah pula sememangnya berminat dengan bidang seni seperti lantikan diva pengajaran. "Saya ingin menjadi doktor yang versatile dapat memulau pelbagai bidang lalu kerana dengan cara ini saya dapat mendekati setiap lapisan masyarakat bukan kelompok yang bergantung di dalam bidang kedokteran saja," katanya.



Satu hari ada seorang pesakit datang untuk mendapatkan rawatan. Apa yang melucukan, keesokan harinya bapa pesakit itu datang dan bertanya kepada saya adakah saya sudah berkahwin kerana anaknya berminat untuk mengenali saya

AKHBAR : HARIAN METRO

MUKA SURAT : 32

RUANGAN : SUPPLEMENT

Gaya hidup sihat Dr. Zubaidi Ahmad

PENULIS mengenali Dr. Zubaidi Ahmad kira-kira 20 tahun lalu semasa ditugaskan mewawancarai beliau untuk majalah *Mastika* di Hospital Sultanah Aminah Johor Bharu.

Ketika itu beliau baru berkhidmat sebagai Pegawai Perubatan di hospital tersebut. Namun begitu, wawancara itu bukanlah tentang kerjaya beliau sebagai seorang doktor tetapi berkisar mengenai pengalaman menarik beliau merawat tebusan Abu Sayyaf ketika bertemu kumpulan pengganas itu di Pulau Jolo, Filipina.

Penulis masih ingat selepas sesi wawancara itu, Dr. Zubaidi membawa melawat pesakit-pesakit barah yang sedang 'menunggu hari' detik-detik kematian mereka. Ketika itu beliau menyatakan kebanyakan kes-kes barah yang dikesan biasanya agak terlewat kerana setelah pesakit didiagnos di hospital biasanya sudah berada pada tahap tiga atau empat.

Namun begitu, saya melihat Dr. Zubaidi bertugas seikhlas hati merawat pesakit-pesakit barah di hospital tersebut walaupun sering berhadapan dengan kes-kes kritikal dan kematian perhidapnya.

Menariknya, meskipun penat bekerja senyuman sentiasa terukir di wajahnya. Itulah, keistimewaan Dr. Zubaidi yang begitu luar biasa.

Setelah 20 tahun berlalu, saya bertemu kembali Dr. Zubaidi baru-baru ini di Bangi. Wajah beliau sentiasa tersenyum manis seperti dulu.

Senyumannya begitu ikhlas. Semasa bercerita, beliau masih mengingati pertemuan mesra 20 tahun lalu di Hospital Sultanah Aminah. Namun penampilan beliau kini begitu simple dan *ragged*. Wajah beliau kelihatan 'muda' berbanding usianya yang sudah menjangkau 48 tahun. Hanya, tubuhnya yang 'sado' suatu ketika dulu, sekarang bertukar langsing.

Dr. Zubaidi mengakui kehidupan beliau sekarang agak 'bebas' daripada tekanan kerja berbanding dahulu sewaktu bertugas sebagai doktor perubatan sepenuh masa. Paling menyeronokkan, beliau kini bukan sahaja seorang doktor berpengalaman lebih 20 tahun malah menjadi perunding kesihatan dan penceramah terkenal di seluruh negara.

Paling membanggakan, perkongsian beliau dalam Facebook miliknya - Dr. Zubaidi Haji Ahmad

DE FACTO

OLEH
SAHIDAN JAAFAR
sahidan.jaafar@gmail.com



DR. Zubaidi pemenang Anugerah Media Kesihatan 2016, Kategori Media Sosial (Facebook) di atas sumbangannya mengajak rakyat Malaysia menjalani gaya hidup sihat.



DR. Zubaidi bersama novelis Michiko Ohara.

memberi harapan baru bagi jutaan rakyat Malaysia bagi mendapatkan info terbaru tentang masalah kesihatan, tips-tips kesihatan dan bagaimana untuk menjalani gaya hidup sihat. Kehebatan beliau menulis terma-terma saintifik secara mudah sentiasa ditunggu-tunggu peminat beliau.

Pakar

Dr. Zubaidi bukan saja ikhlas berkongsi pandangan, saranan dan ilmu kesihatan yang dimiliki tetapi prihatin dengan setiap pertanyaan mengenai tahap kesihatan pengikut setia Facebooknya. Misalnya beliau pernah berkongsi manak berbas rebus dan membawanya sebagai bekal untuk makan tengah hari.

"Bila *brunch*, saya ambil dua jenis sayur dengan banyak, yogurt (yang dicampurkan dengan bawang merah dan lobak merah yang dipotong halus). Ikan seekor. Alhamdulillah cepat kenyang dan rasa puas. Beras rebus mempunyai *Glycemic index* yang lebih rendah dari beras perang" tulis Dr. Zubaidi dalam Facebooknya

pada 18 Disember 2017.

Tulisannya yang bersahaja, pendek dan mudah begitu menarik perhatian. Misalnya beliau berkongsi kepakaran tentang makan malam.

"Alhamdulillah. Kali terakhir makan malam pada pukul 7 malam semalam. Dua keping roti capati dan ayam tandori. Waktu makan seterusnya 1 petang nanti. Minum air secukupnya. Ada dua liter air kosong sudah tersedia atas meja. Tenaga dari dua sudu SAKANJABEEN dan dua sudu Olive Oil untuk sepanjang pagi," tulisnya.

Kepakaran beliau mendapatkan jawapan atau berkongsi dengan pakar-pakar kesihatan yang arif dalam bidang perubatan menyebabkan Dr. Zubaidi kini menjadi selebriti media sosial yang dikenali ramai. Perkongsian mengenai masalah kesihatan dan penyelesaian secara percuma itu sesuatu yang baharu di negara kita.

Nasihat pakar begini tidak mungkin diperolehi secara percuma di mana-mana hospital, pusat perubatan atau perunding kesihatan kecuali di Facebook Dr. Zubaidi.

Tidak menghairankan pengikut setianya kini sudah melebihi 400,000 orang. Maka, selayaknya beliau menerima Anugerah Media Kesihatan 2016, Kategori Media Sosial (Facebook) dari Kementerian Kesihatan di atas keikhlasannya mengajak jutaan rakyat Malaysia menjalani gaya hidup sihat.

AKHBAR : THE STAR

MUKA SURAT : 2

RUANGAN : DAILY



The app can check both the third and fourth versions of the Meditag security label (left) by scanning (centre) and verifying their authenticity (right). — LOW LAY PHON/The Star

By TAN SHIOW CHIN
starhealth@thestar.com.my

WANT to ensure that the medicine or supplement you are taking is legit?

The first thing you need to do is to check if the product box has the Meditag holographic security label, as well as a unique eight-digit registration number beginning with MAL, and ending with A for controlled drugs, X for over-the-counter drugs, T for traditional medicines and N for nutritional or health supplements.

All pharmaceutical products sold in Malaysia must be registered with the Drug Control Authority, assigned a unique registration number and labelled with the Meditag security label, which is solely produced by Mediharta Sdn Bhd.

But how do you ensure that the security label you see is authentic?

While previously, pharmacies had a Meditag hologram decoder

Ensuring your drug is legit

Malaysians can now verify the authenticity of their pharmaceutical products via a free app launched by the Health Ministry.

for this purpose, now smartphone users can check the authenticity of their medicines directly themselves via the Meditag Checker app.

This free app allows users to scan the QR code embedded within the fourth and latest version of the Meditag holographic security label on such products to check whether or not they are genuine.

The app also provides direct links to the relevant Health Ministry websites to enable users to find out more information about the product they are scanning, as well as to instantly report

any fake products they may detect.

According to Mediharta chairman Datuk Dr Mohd Nordin Mohd Nor, this latest version of Meditag also has individually-coded labels, enabling track-and-trace technology that gives retailers and the authorities the option of keeping track of these products.

Health secretary-general Datuk Seri Dr Chen Chaw Min noted that the Meditag label, launched in 2005, is the first of its kind in the world.

"The use of this security label has increased the effectiveness of enforcement activities," he said

during the launch of the Meditag 4 label at a Kuala Lumpur hotel recently.

"(From January 2016) Until November 2017, as many as 43,207 unregistered products worth RM75.4mil were confiscated."

According to a directive by Pharmacy Services senior director Dr Salmah Bahri, the use of Meditag 4 was to be implemented as of Oct 12.

However, the Meditag 3 security labels can still be used by manufacturers and importers until their current stock is finished.

The authenticity of Meditag 3

security labels can also be verified via the Meditag Checker app, although this third version does not have the extra layer of security provided by the embedded QR code in Meditag 4 labels.

Step-by-step instructions on how to authenticate the two versions of the security label are detailed within the app.

Dr Chen also noted that the Pharmacy Enforcement Division now has a state-of-the-art cyber forensic lab to enable them to monitor and investigate the online sales of unregistered and counterfeit medicines.

"This lab is on par with cyber-labs owned by other enforcement agencies like Cybersecurity Malaysia, the police and customs," he said.