

Tingkat kepakaran di hospital sedia ada di Sandakan

Sandakan: Tiada keperluan untuk membina hospital baharu di daerah ini, sebaliknya usaha perlu diambil bagi meningkatkan kepakaran di Hospital Duchess of Kent (HDOK) di sini.

Menteri Kesihatan Datuk Seri Dr Dzulkefly Ahmad berkata, perancangan awal termasuk menambah bangunan baharu yang mampu menampung 594 katil, sudah cukup untuk menangani isu kesesakan di hospital berkenaan.

Katanya, pendekatan inovatif diambil hospital dengan memindahkan sebahagian perkhidmatan seperti pembedahan ringan dan beberapa kepakaran ke klinik kesihatan, sekali gus membantu mengurangkan kesesakan di fasiliti sedia ada.

"Kita pun sudah ada perancangan dengan membangunkan blok baharu. Kita tak mahu ada hospital



DR Dzulkefly beramah mesra dengan pesakit di wad kecemasan HDOK ketika melawat hospital itu sempena lawatannya ke Sabah, semalam.

yang tidak berpakar, sebaliknya kita mahu membangunkan satu (kemudahan) yang betul-betul dapat memberikan perkhidmatan lebih berpakar.

"Daripada kita membina hospital kecil, kita nak mengukuhkan hospital sedia ada dengan mempertingkatkan kepakaran, (manakala) beberapa perkhidmatan kita pindahkan ke klinik kesihatan yang ada untuk tangani kesesakan," katanya pada lawatan kerjanya ke HDOK, hari ini.

Hadir sama Ahli Parlimen Sandakan, Vivian Wong Shir Yee dan Pengarah HDOK, Dr Mohd Fahmie Othman.

Sebelum ini, Ahli Parlimen Libaran Datuk Suhaimi Nasir mencadangkan supaya kerajaan membina hospital baharu di daerah ini susulan pertambahan penduduk dan kepesatan pembangunan, memandangkan hospital

itu turut menerima pesakit dari kawasan berhampiran termasuk Beluran, Telupid dan Kinabatangan.

Mengulas lanjut Dzulkefly berkata, dalam usaha mengurangkan kesesakan di hospital utama, kerajaan perlu melihat keperluan yang menekankan penjagaan kesihatan primer yang dimainkan klinik kesihatan.

"Sebab itu, kita perlu perkasakan semua klinik kesihatan. Dari segi polisi dan dasar, kita cuba bangunkan fasiliti yang lebih mantap dan cuba menggabungkan semua fasiliti ini menjadi satu," katanya.

Dzulkefly turut mengumumkan peruntukan RM1.055 juta buat HDOK kerja naik taraf termasuk penambahan keperluan dewan bedah, aset perubatan dan bukan perubatan untuk keselesaan pesakit.

Guru hisap rokok, vape di sekolah wajar kena hukuman maksimum

Guru yang menghisap vape dan merokok di kawasan sekolah, boleh dikenakan tindakan undang-undang seperti didenda sehingga RM10,000 atau dipenjarakan sehingga dua tahun, berdasarkan Akta Kawalan Produk Merokok Demi Kesihatan Awam 2024.

Menteri Pendidikan, Fadhlina Sidek, berkata pihaknya tidak berkompromi dengan guru yang menghisap vape secara terbuka atau di depan murid kerana melanggar Standard Guru Malaysia yang menekankan peranan guru sebagai teladan sahiah.

“KPM turut mengharapkan kerjasama masyarakat dan pihak berkuasa tempatan bagi memantau pembelian dan penjualan vape terhadap murid sekolah.

“Ibu bapa dan penjaga pula perlu sentiasa mengawasi perubahan tingkahlaku anak mereka agar tidak terjebak dalam ketagihan vape,” katanya menjawab soalan Nurul Amin Hamid (PN-Padang Terap).

Fadhlina berkata, KPM dalam proses meminda Peraturan-Peraturan Pendidikan (Disiplin Murid) dengan memasukkan dalam subperaturan bagi larangan merokok, termasuk apa-apa rokok, perkakasan, alat elektronik dan cecair bagi vape.

Beliau berkata, pindaan baharu itu selaras penguatkuasaan Akta Kawalan Produk Merokok Demi Kesihatan Awam 2024 yang diwartakan Kementerian Kesihatan pada 1 Oktober 2024.

Groups call for joint crack down on online vape sales

PETALING JAYA: A well-coordinated and joint effort among the relevant authorities is needed to effectively crack down against online vape sales, say anti-tobacco advocates.

This comes as vapes and e-liquids are still being sold openly online, despite their prohibition under the Control of Smoking Products for Public Health Act (Act 852).

Malaysian Council for Tobacco Control president Assoc Prof Dr M. Murallitharan said tackling the issue could not solely rest with the Health Ministry.

"The Malaysian Communications and Multimedia Commission

and other related authorities must take a strong policing stance.

"It is not a single agency or ministry's issue.

"The Health Ministry can take the lead, but the other authorities must come on board," he said.

"It is a joke that these products can be found so easily, and that the issue cannot be resolved," he said.

"Any quarters found doing this should be taken to task," he said.

Without any strict policing efforts, he said Act 852 would remain just for optics.

Consumers Association of Penang (CAP) senior education officer NV Subbarow said both the

Health Ministry and MCMC must work together to eradicate online sales of vapes and e-liquids.

"If MCMC can take immediate action against provocative statements online, why can't it take action against online vape sellers?" he said.

"Our government must be very serious in tackling this. There must be no excuses."

He said a lack of enforcement could expose children to more harmful substances in the future.

Meanwhile, vape groups also voiced support for the ban on online vape sales.

"We are completely against this (online sales) as it makes the

product accessible to minors. These websites don't have any age verification," said Malaysian

Organisation of Vape Entities president Samsul Kamal Arriffin.

He urged MCMC to block access to websites selling vape products and for authorities to ensure the location of premises applying to sell vapes are not near schools or easily accessible to schoolchildren.

Samsul Kamal also called on the Health Ministry to ensure the products are only sold in specialised vape shops and not convenience stores.

"The former have trained staff who can verify the age of buyers,"

he said.

According to Malaysia E-Vaporisers and Tobacco Alternative Association secretary Zain Azrul, selling vape products through independent websites is illegal and goes against regulatory goals, public health and the integrity of licensed businesses.

"All sales should go through licensed physical retail shops with proper age verification.

"Illegal online sales pose a serious risk by avoiding in-person age verification," he said.

The group also strongly supports strict enforcement measures against illegal online sales of vape products, he added.

Strengthen mental health support for students

RESEARCH published in *Malaysian Family Physician* (Feb 7, 2024) titled "Self-system and mental health status among Malaysian youth attending higher educational institutions: A nationwide cross-sectional study", revealed alarming rates of depression (up to 31%), anxiety (up to 60%), and stress (up to 26%) among local students attending higher educational institutions in the country. The research was conducted between June and December 2021.

According to a survey in 2023 by the Higher Education Ministry (MOHE), the numbers were higher during the Covid-19 pandemic with nearly 40% of students reporting that they experienced moderate to severe stress. Academic pressure, financial struggles and social isolation were cited as the main factors.

In an online article titled "It Feels Like Forever – Students Speak Up About Their Mental Health Issues" (Afterschool.my), accounting student Aizat Roslan, 23, was quoted as saying: "I was hopeful when I was going through my diploma... However, things started to feel difficult for me... Even taking a shower felt like a chore."

The findings of a study titled "Mental Health Education, Awareness and Stigma Regarding Mental Illness Among College Students", published in the Aug 24, 2022 edition of the *Journal of Mental Health and Clinical Psychology*, revealed that "mental health education is a promising tool to raise awareness and understanding and reduce the stigma regarding mental health."

"Providing students with mental health education and training enabled students to learn and understand issues with mental illness."

At a recent talk in Universiti Malaysia Sarawak (Unimas), Prof Dr Siti Raudzah Ghazali, an expert in psychological medicine from the university's Faculty of Medicine and Health Sciences, emphasised the role of lecturers as frontliners capable of identifying early signs of emotional and psychological distress among students and the need to establish open, empathetic and respectful communication with them.

She also said that using a flexible and understanding teaching approach can significantly impact student motivation and mental well-being (*UNIMAS Gazette*, May 5).

As Malaysia aspires to be a global education hub, prioritising student well-being is not just ethical but also essential. Will universities act before more voices are silenced by unmet needs in mental health support?

**AVERY JUINING
Cyberjaya**

Harm from bullying is not always visible

IN light of recent developments and growing concerns about bullying in Malaysia, we must learn to recognise the signs of harm that are not immediately visible.

Bullying is often associated with physical violence, yet some of its most damaging forms leave no marks on the body. Non-physical bullying, often referred to as silent bullying, can be equally cruel and destructive.

It hides in plain sight, disguised as a joke, a whisper or a subtle gesture, but its effects can endure far longer than any bruise.

Silent bullying may take the form of deliberate exclusion, where a group decides who is deemed worthy of friendship and who is not. It can be the spreading of gossip or rumours that slowly erode a person's reputation.

It can also be the mocking of someone's appearance, background or way of speaking, framed as harmless teasing. It may also occur through non-verbal cues used to establish dominance, such as intimidating stares, dismissive gestures or deliberate ignoring, all intended to make another person feel powerless without crossing lines that

would invite punishment.

Over time, such acts chip away at a person's self-esteem, sense of belonging and emotional well-being.

The harm caused by silent bullying is often harder to detect because it affects the heart and mind of the victim. It may surface as anxiety, withdrawal from social activities, declining school performance or a loss of interest in hobbies they once enjoyed.

Left unchecked, it can gradually weaken a young person's confidence and leave lasting emotional scars.

For some, the strain becomes overwhelming. Their voices grow quieter, their spirits diminish, and in the most tragic situations, they may resort to self-harm or even take their own lives. This is why early recognition and timely intervention are essential.

Parents, teachers and peers each play a vital role in breaking the cycle. We must also reflect on our own children's behaviour to ensure they are

not engaging in silent bullying. Many may not realise the weight their words or actions carry.

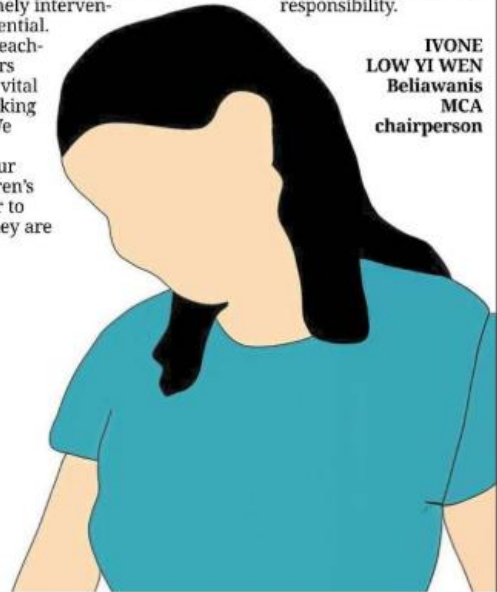
By fostering empathy, respect and kindness from an early age, we can reduce the risk of such harm taking root.

Bullying in any form is unacceptable, and protecting children from both visible and invisible harm must remain a shared responsibility.

**IVONE
LOW YI WEN**
Beliawanis
MCA
chairperson



Graphic:
Pixabay



lokal

Tubuh jawatankuasa khas dianggotai KDN, KKM siasat semula

Kuala Lumpur: Satu jawatankuasa khas yang dianggotai Kementerian Pertahanan, Kementerian Dalam Negeri (KDN) dan Kementerian Kesihatan (KKM) ditubuhkan bagi menyiasat semula kematian Syamsul Haris Shamsuddin, pelatih Pasukan Latihan Pegawai Simpanan (Palapes) Universiti Teknologi Malaysia (UTM) Skudai.

Menteri Pengajian Tinggi, Datuk Seri Zambry Abdul Kadir berkata, langkah itu diambil selepas keluar-



Langkah itu diambil selepas keluarga Allahyarham, khususnya ibunya, menyuarkan rasa tidak puas hati terhadap laporan awal kematian dan memohon supaya siasatan lanjut dilakukan"

Zambry

ga Allahyarham, khususnya ibunya, menyuarkan rasa tidak puas hati terhadap laporan awal kematian dan memohon supaya siasatan lanjut dilakukan.

"Semalam (kelmarin), saya pergi melawat keluarga Allahyarham dan mendengar sendiri daripada ibu mangsa yang menceritakan keadaan anaknya.

"Beliau memohon secara rasmi supaya siasatan semula dijalankan dan saya sudah memaklumkan perkara itu kepada Peguam Negara.

"Kes ini kini berada di peringkat siasatan dan laporan siasatan dijangka diketahui dalam masa terdekat," katanya ketika sesi Waktu Pertanyaan Menteri (MQT) di Dewan Rakyat, semalam.

Beliau menjawab soalan tambahan **Afnan Hamimi Taib Azamuddin (PN- Alor Setar)** yang ingin mengetahui perkembangan lanjut kes Syamsul Haris.

Zambry berkata, jawatankuasa khas itu ditubuhkan bagi memastikan laporan lengkap dapat dise-

diakan segera dan hasil siasatan dijangka diketahui dalam masa terdekat.

Harian Metro semalam melaporkan ibu kepada Allahyarham Syamsul Haris menggesa bedah siasat kedua dijalankan dan berse- dia kubur anaknya digali semula bagi mengetahui punca sebenar kematian.

Ibunya, Ummu Haiman Bee Daulatgun, 45, dilaporkan berkata permohonan berkenaan sudah diserahkan kepada Jabatan Peguam Negara (AGC) melalui Kementerian Pendidikan

Tinggi (KPT) bagi membolehkan siasatan telus dilaksanakan tanpa melindungi mana-mana pihak.

Ummu Haiman dipetik berkata, dia yakin kematian anaknya bukan disebabkan sawan seperti dimaklumkan kerana terdapat kecederaan teruk serta pendarahan pada tubuh badan.

Allahyarham meninggal dunia pada 28 Julai lalu di Hospital Kota Tinggi (HKT) selepas selesai menjalani latihan di Lapang Sasar Inokulasi Tempur, Pusat Latihan Darat (PULADA).

Cukai rokok wajar naik setinggi 77 sen sebatang

Belanjawan 2026 perlu pertimbang kenaikan kadar duti eksais bagi bendung tabiat merokok

Oleh Mahanum Abdul Aziz
mahanum_aziz@bh.com.my

Belanjawan 2026 yang akan dibentangkan pada 10 Oktober ini perlu menaikkan duti eksais ke atas rokok dan produk tembakau lain bagi membendung tabiat merokok dalam kalangan remaja, saran badan pemikir, Galen Centre for Health and Social Policy. Kenaikan duti eksais itu dijangka menjana hasil cukai tambahan yang boleh disalurkan untuk me-

rawat penyakit berkaitan merokok.

Tambahan lagi, kadar duti eksais itu tidak pernah dinaikkan sejak 10 tahun lalu.

Kali terakhir cukai eksais dinaikkan adalah pada November 2015, sebanyak 43 peratus iaitu RM400 bagi setiap 1,000 batang, berbanding RM280 bagi setiap 1,000 batang.

Ketua Pegawai Eksekutif Galen Centre for Health & Social Policy, Azrul Mohd Khalib, berkata kenaikan kadar cukai eksais ke atas rokok kepada sekurang-kurangnya 77 sen sebatang, bersamaan 61 peratus cukai eksais harga runcit, dijangka menjana hasil cukai tambahan sebanyak RM771.8 juta.

Menurutnya, Malaysia membelanjakan anggaran RM16 bilion setahun untuk merawat penyakit berkaitan merokok seperti penyakit kardiovaskular dan kanser paru-paru.

Katanya, bagi setiap RM1 yang

dikutip daripada duti eksais tembakau, RM4 dibelanjakan untuk merawat penyakit berkaitan merokok, manakala kos akan dibelanjakan untuk merawat penyakit berkaitan vape masih belum diketahui.

"Kadar semasa pada masa ini ialah 42.8 peratus. Meningkatkan duti untuk memenuhi saranan Pertubuhan Kesihatan Sedunia (WHO) pada 75 peratus, akan meningkatkan sekurang-kurangnya RM1 bilion hasil, berpotensi membawanya kepada lebih RM5 bilion yang dikutip daripada duti eksais tembakau," katanya.

Perdana Menteri, Datuk Seri Anwar Ibrahim baru-baru ini turut menegaskan bahawa cadangan bagi menaikkan kadar cukai tembakau sedang dipertimbangkan.

Beliau menyifatkan ia sejajar dengan komitmen kerajaan bagi pembaharuan kesihatan awam dan fiskal.

Dalam pada itu, Azrul mene-

kankan Malaysia mesti bertegas terhadap ancaman nikotin melalui rokok elektronik dan vape yang kini pantas menggantikan rokok konvensional dalam kalangan remaja dan belia.

Penurunan kadar merokok

Tinjauan Kesihatan dan Morbiditi Kebangsaan (NHMS) Kesihatan Remaja 2022 mendedahkan bahawa terdapat penurunan dalam kadar merokok yang dilaporkan dalam kalangan remaja dan belia.

Bagaimanapun, laporan yang sama menunjukkan peningkatan ketara dalam kelaziman penggunaan e-rokok dan vape dalam kalangan kumpulan itu.

Kadar penggunaan vape antara umur 11 tahun hingga 18 tahun di Malaysia kini mengatasi jumlah dilaporkan di beberapa negara, termasuk Amerika Syarikat (AS).

Walaupun terdapat larangan pameran runcit terbuka rokok,

Malaysia mesti bertegas terhadap ancaman nikotin melalui rokok elektronik dan vape yang kini pantas menggantikan rokok konvensional dalam kalangan remaja dan belia

Azrul Mohd Khalib,
Ketua Pegawai
Eksekutif Galen
Centre for Health
& Social
Policy



vape dan e-rokok yang terkandung dalam peraturan untuk Akta Kawalan Produk Merokok Demi Kesihatan Awam 2024, ia masih belum dikuatkuasakan.

Ia sepatutnya berkuat kuasa mulai 1 April, namun malangnya, kerajaan menangguhkan penguatkuasaannya hingga Oktober.

Kesan penangguhan dapat dilihat jualan runcit secara terbuka yang berterusan untuk produk itu, seolah-olah peraturan tidak wujud.

Laporan lengkap bergantung kerumitan kes

Kuala Lumpur: Laporan perubahan lengkap bagi proses bedah siasat mengambil masa sehingga beberapa minggu atau bulan bergantung kepada kerumitan kes serta perolehan semua hasil keputusan ujian yang dibuat pihak lain.

Pakar Patologi Forensik Hospital Sultan Idris Shah (HSIS) Serdang, Dr Zuraida Md Zainuri, berkata prosedur bedah siasat mengambil masa tiga atau empat jam bagi kes biasa dan melebihi tempoh enam jam untuk kes kompleks.

Katanya, selepas bedah siasat selesai, pasukan forensik perlu menyediakan laporan lengkap yang merangkumi semua ujian dan siasatan yang dijalankan ketika prosedur itu.

"Antara ujian itu termasuk analisis toksikologi, pemeriksaan tisu di bawah mikroskop, ujian asid deoksiribonukleik (DNA) oleh Jabatan Kimia, pemeriksaan odontologi (pengesanan identiti melalui gigi) serta ujian lain yang dihantar kepada agensi berkaitan.

"Jadi, kita perlu menunggu semua keputusan itu kembali sebelum membuat kesimpulan yang akan dimasukkan ke dalam laporan. Kesimpulan ini juga akan menjadi sebahagian daripada bukti di mahkamah," ka-

tanya ketika hadir ke segmen *Malaysia Hari Ini* (MHI) yang membincangkan topik 'Bedah mayat, runtuai suatu persoalan' di Balai Berita, di sini semalam.

Sebelum ini timbul peguam kepada keluarga Allahyarham Zara Qairina Mahathir, menyatakan laporan bedah siasat pelajar Tingkatan Satu Sekolah Menengah Kebangsaan Agama (SMKA) Tun Datu Mustapha, Papar, Sabah, meninggal dunia pada 17 Julai lalu boleh diperolehi paling cepat tiga minggu atau paling lambat dua bulan.

Mengulas lanjut Dr Zuraida yang juga Ketua Jabatan Perubatan Forensik HSIS Serdang, berkata tempoh yang tidak tetap itu kerana banyak membabitkan ujian serta pengesahan dari pelbagai agensi sebelum laporan dapat dimuktamadkan.

"Selain itu, tiada batasan umur ditetapkan berikutan bergantung kepada polis yang mengemukakan berdasarkan Akta Kanun Prosedur Jenayah.

"Secara umum, proses bedah siasat dilakukan antara tiga

hingga empat jam bergantung kepada kerumitan (complexity) kes. Bagi kes kompleks, ia mungkin mengambil masa lebih enam jam bergantung kepada keperluan merujuk kepada pakar lain," katanya.

Katanya, proses bedah siasat dilaksanakan atas tiga keperluan iaitu mengetahui punca kematian, sama ada ia disebabkan keracunan, bunuh diri, dibunuh dan sebagainya.

"Tujuannya dibuat untuk undang-undang atau bukti saintifik yang diperlukan di mahkamah iaitu sama ada berkaitan atau pembabitkan sesuatu pihak itu atau penolakan pihak tertentu.

"Ia juga bertujuan kesihatan komuniti masyarakat, di mana kematian yang kita tidak diketahui punca sama ada disebabkan penyakit atau wabak yang boleh diambil sebagai langkah pencegahan," katanya.

Beliau berkata, proses bedah siasat juga perlu dilakukan di semua bahagian tubuh atau tisu meskipun ketika jenazah dibawa ke unit forensik ia menunjukkan jelas kecederaan di sesuatu bahagian.



Dr Zuraida Md Zainuri



"Semua bahagian tubuh manusia penting untuk diketahui punca sebenar kematiannya kerana secara luaran kita tidak nampak apa-apa dengan jelas dan perlu diteliti di bawah mikroskop, misalnya mayat datang dengan kecederaan itu di kepala tidak semestinya punca kematian itu di kepala.

"Sebab itu untuk melakukan bedah siasat, semua organ atau tubuh perlu dibedah supaya merungkai punca kematian yang jelas, sama ada satu, dua atau lebih punca kematian," katanya.

Katanya, polis akan mengeluarkan waran polis 61 kepada

pegawai perubatan forensik atau pegawai perubatan di mana-mana hospital kerajaan untuk melakukan bedah siasat.

"Jadi, apabila timbul kebingungan atau keengganan waris, hospital berpegang kepada undang-undang dan menerima arahan melakukan bedah siasatan kerana ia berkait keadilan kepada si mati," katanya.

"Waris perlu memberi kepercayaan kepada kami supaya dapat menguruskan bedah siasat dengan penuh telus, integriti dan profesional kerana ia penting untuk keadilan kepada si mati," katanya.

MANFAAT BUAT IBU DAN SI KECIL

Penyusuan eksklusif sekurang-kurangnya selama enam bulan pertama kepada bayi benteng kesihatan masa depan

FOKUS

Oleh Fairul Asmaini Mohd Pilus
asmaini@mediaprima.com.my

Susu ibu bukan sekadar memenuhi keperluan nutrisi bayi, tetapi anugerah yang membawa pelbagai manfaat jangka panjang tidak hanya untuk bayi malah juga kepada si ibu itu sendiri.

Tidak hairanlah jika pakar kesihatan di seluruh dunia turut mengesyorkan penyusuan eksklusif sekurang-kurangnya selama enam bulan pertama untuk kehidupan bayi.

Bagi bayi, susu ibu ibarat 'makanan lengkap' yang mengandungi gabungan sempurna

protein, lemak, vitamin dan mineral.

Ia mudah dihadam, sesuai untuk sistem pencernaan bayi yang masih berkembang serta diperkaya dengan antibodi semula jadi untuk melindungi daripada pelbagai jangkitan dan penyakit.

Penyusuan susu ibu bukan sekadar membawa nutrisi malah memberi penyembuhan, ketenangan dan kasih sayang dalam satu tindakan.

Setiap titis susu ibu adalah bekal kesihatan yang tidak ternilai harganya.

Menurut Pakar Obstetrik dan Ginekologi Hospital Pakar Ampang Puteri, Dr Siti Farhana Md Pauzi, susu ibu adalah vaksin semula jadi pertama untuk bayi.

Katanya, susu awal yang dikenali sebagai kolostrum sangat pekat, keemasan dan kaya dengan antibodi.

"Ia bertindak seperti vaksin semula jadi bagi melindungi bayi baru lahir yang sistem pertahanannya masih lemah.

"Menariknya, apabila bayi jatuh sakit, badan ibu akan secara semula jadi mengubah komposisi susunya bagi menghasilkan lebih banyak sel imun dan antibodi untuk membantu bayi sembuh.

"Tindak balas dinamik ini adalah keunikan susu ibu yang tidak dapat ditiru mana-mana susu formula," katanya.

Mengulas lanjut, Dr Siti Farhana berkata, susu ibu juga menggalakkan pertumbuhan bakteria baik dalam usus bayi untuk membantu pencernaan dan mencegah jangkitan.

Selain itu, ia juga memainkan peranan penting dalam perkembangan otak.

"Kandungan DHA atau Docosahexaenoic Acid dan nutrien penting lain dalam susu ibu menyokong pertumbuhan sel otak dan fungsi kognitif.

"DHA adalah sejenis asid lemak omega-3 untuk perkembangan otak dan penglihatan bayi.

"Terdapat juga kajian menunjukkan anak yang diberi susu ibu mempunyai darjah kecerdasan (IQ) yang lebih tinggi dan pencapaian akademik yang lebih cemerlang," katanya.

Sementara itu, penyusuan susu ibu

juga memberi kesan positif kepada emosi dan pemulihan si ibu.

Ia dapat merangsang pengeluaran hormon oksitosin atau dikenali sebagai 'hormon kasih sayang'.

Hormon berkenaan dapat membantu mengecutkan rahim selepas bersalin, mengurangkan tekanan serta menenangkan emosi ibu dan bayi.

Ia turut memperkukuh ikatan antara ibu dan anak, satu hubungan spiritual yang kekal sepanjang hayat.

Kata Dr Siti Farhana, ibu yang menyusukan anak juga mempunyai risiko lebih rendah untuk mendapat kanser payudara dan ovari, penyakit kronik seperti diabetes jenis 2 dan penyakit jantung.

Selain itu, penyusuan juga dapat membantu ibu

menurunkan berat badan secara semula jadi selepas bersalin.

Dari sudut praktikal pula, susu ibu sentiasa tersedia pada suhu yang sesuai, bebas daripada risiko pencemaran dan menjimatkan kos keluarga.

Katanya, penyusuan bukan sekadar tindakan jangka pendek, tetapi satu bentuk warisan kesihatan dan kasih sayang yang berpanjangan.

"Setiap titis susu ibu adalah anugerah bukan sahaja untuk kesihatan bayi hari ini, tetapi juga untuk masa depan bayi dan juga ibu.

"Penyusuan bukan sekadar memberi makan kepada bayi kesayangan tetapi ia juga memberi kehidupan, perlindungan dan cinta yang berkekalan," katanya.



SUSU awal, kolostrum sangat pekat, berwarna keemasan dan kaya dengan antibodi untuk kesihatan bayi.





PENYUSUAN bukan sekadar memberi makan kepada bayi anda.



Hubungan intim antara ibu dan anak

Menariknya, apabila bayi jatuh sakit, badan ibu akan secara semula jadi mengubah komposisi susunya bagi menghasilkan lebih banyak sel imun dan antibodi untuk membantu bayi sembuh

DR SITI FARHANA