

Coordinate elder care efforts

Dedicated body to oversee policies, training and implementation needed

PETALING JAYA: There is a need to ensure all ministries and agencies are aligned as the country works towards having 50,000 skilled caregivers for its growing ageing population, as announced under the 13th Malaysia Plan (13MP), say ministers.

The Private Aged Healthcare Facilities and Services Act 2018 (Act 802) must also be enforced to grant the Health Ministry authority over matters concerning skilled caregivers for the elderly.

On July 31, Prime Minister Datuk Seri Anwar Ibrahim announced that under the 13th Malaysia Plan, the number of skilled caregivers will increase from 43,000 in 2024 to 50,000 by 2030, along with efforts to enhance elderly welfare.

According to the Statistics Department, Malaysia's ageing population will see the percentage of people aged 60 years and above reaching 15.3% of the total population by 2030.

Women, Family and Community Development Minister Datuk Seri Nancy Shukri said the ministries and agencies involved in elder

care will soon meet to iron out the details.

"It is too early for us to reveal something that will fall under different ministries, although most of them (actions on caring for the ageing population) will fall under Women, Family and Community Development," said Nancy.

She added that budget allocation for training caregivers also needs to be addressed.

Health Minister Datuk Seri Dr Dzulkefly Ahmad said the Health Ministry is currently not involved in training or developing skilled caregivers for the ageing population.

"The Women, Family and Community Development Ministry is developing the Malaysian Care Industry Action Plan," said Dzulkefly when contacted.

The Malaysian Care Industry Action Plan is a strategy to create an affordable, accessible and quality care ecosystem in Malaysia – including promoting Technical and Vocational Education and Training (TVET)

for skilled caregivers.

Dzulkefly further said that private elder care centres and requirement for caregivers are regulated by the Social Welfare Department under the Care Centre Act 1993.

"The Health Ministry will only regulate private aged healthcare facilities once the Private Aged Healthcare Facilities and Services Act 2018 (Act 802) is enforced fully," he added.

The Private Aged Healthcare Facilities and Services Act 2018 (Act 802) was passed in Parliament on Nov 29, 2017, and was gazetted on March 29, 2018.

However, its regulations have not yet been approved by the Attorney General's office.

This means that the law cannot yet be fully enforced, as the regulations are necessary to provide guidance on how to implement the law.

Under Act 802, private aged healthcare facilities and services are required to obtain a licence from the Health Ministry to operate.

"The training of the care work-

ers is not within the purview of this Act 802 or the Health Ministry.

"As of now, there are institutions providing training for caregivers, including the Human Resources Ministry."

According to Universiti Malaya's professor of geriatric medicine, Dr Shahrul Bahyah Kamaruzzaman, there should be more commitment from the government to address caregiving in an ageing population.

"There are many existing policies and Acts which have been developed to address the issues facing the ageing population but they require regulations and implementation.

"These, however, should be implemented by professionals who are knowledgeable of the issues and problems faced by the ageing population.

"If Act 802 isn't enforced, how can we bring in the Health Ministry and other relevant agencies?"

"This is not just about ageing and elderly individuals. What we need most is a coordinating body that will be able to work across

ministries," said Dr Shahrul Bahyah, who is also the president of the Malaysian Healthy Ageing Society.

She also said that the Social Welfare Department – which is the main authority handling the issues faced by the elderly – is overburdened as it also has to cater to the issues of women and children.

"Care for the elderly needs to be strategised across the line of business and within an age-friendly framework, in line with policies under the World Health Organisation.

"There can be private and public cooperation for this to work.

"We are halfway there but we need one dedicated body – a ministry or an agency to oversee all matters related to the ageing population.

"It should not be done piecemeal by various ministries," said Dr Shahrul Bahyah, who stressed that political will and a strong coordinated governance is of utmost importance.

She stated that without a wholesome approach, the same problems will keep cropping up.

Clinics must provide itemised bills

Measure among those introduced to reduce cost of living, says deputy minister

By KHOO GEK SAN, ARFA YUNUS
and JUNAID IBRAHIM
newsdesk@thestar.com.my

KUALA LUMPUR: Private clinics will now be required to provide itemised bills which detail consultations and medicine prices, says Deputy Domestic Trade and Cost of Living Minister Datuk Fuziah

It is also now compulsory for doctors to provide prescriptions for every consultation, she added.

"This will allow the patients to make a choice on whether to purchase medicines from the clinics and at other pharmacies," she said in the Dewan Rakyat yesterday.

These are part of measures introduced by the National Action Council on Cost of Living (Naccol).

"Clinics cannot compel patients to buy medicine directly from them. Patients must be clearly informed that they have the option to obtain their medication elsewhere," she added.

Fuziah was responding to a question from Bukit Gantang MP Syed Abu Hussin Syed Abdul Fasal, who had asked about the outcomes of Naccol meetings held this year.

She said that Naccol had convened twice so far this year, along with one meeting of its executive committee. Several key decisions were made, particularly in the

areas of healthcare cost transparency and household spending.

On Aug 3, the Health Ministry announced that warning letters may be issued to private clinics and pharmacies that fail to comply with the mandatory medicine price display rule, with compound notices to follow from Oct 1. Full enforcement will begin on Jan 1, 2026.

It was reported that during the initial three-month educational phase, which ended on July 31, a total of 842 premises – private medical and dental clinics, hospitals and community pharmacies – were inspected.

The ministry reported that 57% had satisfactorily complied with

the price display requirements.

From Aug 1 to Sept 30, the enforcement phase will continue through education, advocacy and inspections before penalties are imposed.

Meanwhile, on food-related initiatives, Fuziah said the government has doubled the allocation for the Rahmah Sales Programme from RM300mil to RM600mil this year to ease the burden on lower-income groups.

In addition, RM25mil has been allocated to extend the Jualan Agro Madani programme, with affordable food sales to be carried out at strategic locations nationwide.

Fuziah also revealed that the

government, through Naccol, has begun developing a Cost of Living Indicator and a Minimum Decent Living Expenditure Index.

"This year, advocacy efforts have started to introduce these indicators as a reference for government policy and decision-making," she said.

She concluded by reaffirming the government's commitment to monitoring living costs and implementing effective measures to ease the financial pressure on Malaysians.

"These are among the key outcomes from the two Naccol meetings and one Executive Committee session held this year," she said.

Vape sebagai ikutan jadi ancaman baharu remaja



Produk dipromosi meluas di media sosial jerat generasi baharu dalam ketagihan nikotin

Oleh Saadiah Ismail
Saadiah_ismail@bh.com.my

Penggunaan vape dalam kalangan remaja di negara ini semakin membimbangkan apabila produk ini dipromosikan sebagai gaya hidup moden, kononnya selamat dan tidak berbahaya, berbanding rokok konvensional.

Dengan perisa manis seperti gula-gula dan buah-buahan, serta promosi agresif di media sosial, vape berjaya menawan hati golongan muda. Trend ini tidak sekadar ikut-ikutan, tetapi menjadi strategi pemasaran yang bijak, namun tidak beretika.

Di sebalik imej 'cool' dan bergaya, tersembunyi realiti pahit, ketagihan nikotin yang sengaja dipupuk.

Remaja, khususnya, menjadi sasaran utama. Syarikat pengeluar mengeksploitasi rasa ingin tahu

dan tekanan rakan sebaya demi keuntungan, tanpa menghiraukan kesan jangka panjang terhadap kesihatan generasi masa depan.

Pensyarah di Sekolah Perubatan, Fakulti Sains Kesihatan dan Perubatan, Universiti Taylor's, Prof Dr Wee Lei Hum, berkata kandungan nikotin dalam vape boleh menyebabkan ketagihan serius, menjejaskan fungsi otak serta meningkatkan risiko masalah kesihatan mental dan fizikal.

Lebih membimbangkan, katanya, penggunaan rokok elektronik di negara ini menunjukkan lonjakan mendadak yang tidak boleh dipandang ringan.

Jika pada 2011 hanya sekitar 0.8 peratus penduduk atau kira-kira 262,000 orang menggunakan vape, angka itu melonjak kepada 5.8 peratus pada 2023, iaitu bersamaan 1.4 juta pengguna.

Trend ini turut memular dalam kalangan remaja perempuan. Pada 2017, sebanyak 2.8 peratus atau kira-kira 34,000 remaja perempuan berusia 13 hingga 17 tahun menggunakan vape.

Namun, angka itu meningkat lebih dua kali ganda kepada 6.2 peratus menjelang 2022, mewakili lebih 64,000 individu muda iaitu hampir empat kali ganda lebih tinggi berbanding remaja perempuan yang merokok rokok

biasa (1.7 peratus).

"Fenomena ini mencerminkan perubahan yang membimbangkan dalam cara nikotin sampai kepada generasi muda di negara ini."

"Dulu vape dilihat sebagai alat bantu berhenti merokok bagi golongan dewasa, tetapi kini menjadi produk bergaya yang digemari remaja. Peningkatan ini bukan kebetulan, sebaliknya hasil daripada kempen pemasaran agresif yang menggambarkan vape sebagai trend moden, tidak berbahaya dan selamat," katanya.

Peranan pempengaruh

Jelasnya lagi, vape kini tampil dalam bentuk yang moden, berperisa menarik dan dipromosikan dalam kandungan pengaruh media sosial di Instagram serta TikTok yang menggambarkan vape sebagai aksesori gaya hidup, bukan ancaman kesihatan.

"Ini bukan sekadar strategi pemasaran, tetapi taktik psikologi. Pempengaruh mempamerkan peranti mereka, melakukan aksi trik vape, mengulas perisa dan menguatkan mitos bahawa vape hanyalah hiburan yang ti-

dak membahayakan.

"Di sinilah permulaan ketagihan melalui rasa ingin tahu, pengaruh rakan sebaya dan ilusi kawalan."

"Persatuan Kesihatan Dunia (WHO) sendiri sudah memberi amaran bahawa taktik ini bukan sahaja mengelirukan, malah bersifat pemangsa, direka untuk mengeksploitasi rasa ingin tahun remaja dan tekanan rakan sebaya bagi menjerat generasi baharu ke dalam ketagihan nikotin," katanya.

Beliau berkata, kebanyakan remaja percaya, mereka boleh berhenti menghisap vape pada bila-bila masa, namun penyelidikan membuktikan sebaliknya.

"Nikotin sangat mudah menyebabkan ketagihan, terutama kepada otak yang masih berkembang di mana ia boleh mengubah kimia otak, menjejaskan ingatan dan tumpuan serta meningkatkan risiko keresahan, kemurungan dan penyalahgunaan bahan terlarang pada masa hadapan."

"Banyak kejadian yang boleh dijadikan sebagai contoh akibat ketagihan vape ini seperti sawan, masalah pernafasan dan kematian dalam kalangan remaja akibat dos berlebihan nikotin atau pencemaran dalam cecair vape," katanya.

“Dulu vape dilihat sebagai alat bantu berhenti merokok bagi golongan dewasa, tetapi kini menjadi produk bergaya digemari remaja. Peningkatan ini bukan kebetulan, sebaliknya hasil daripada kempen pemasaran agresif yang menggambarkan vape sebagai trend moden, tidak berbahaya dan selamat”



Prof Dr Wee Lei Hum,
Pensyarah di Sekolah Perubatan, Fakulti Sains
Kesihatan dan Perubatan, Universiti Taylor's

Bernama

Kuala Lumpur

Tidak pernah menghadapi sebarang komplikasi kesihatan sepanjang 30 tahun kehidupan sebelum ini membuat Noorhamidi Ali terkejut apabila disahkan sebagai pembawa penyakit talasemia, sejenis penyakit keturunan berkaitan darah.

Lebih menghairankan, isterinya, Noor Hasilah Razak juga didiagnosis sebagai pembawa penyakit sama.

Episod duka suami isteri ini bermula pada 2006 ketika membawa anak kedua mereka yang pada ketika itu belum pun berusia setahun, menjalani pemeriksaan selepas mengalami demam berterusan.

"Pada mulanya doktor ingatkan anak kami, Noornabila Najla mengalami demam denggi, namun pemeriksaan lanjut mendapati dia penghidap talasemia lalu doktor meminta kami dan anak sulung menjalani pemeriksaan."

"Saya dan isteri disahkan sebagai pembawa, manakala anak sulung Noornabila Najwa yang ketika itu berusia enam tahun didiagnosis sebagai penghidap," katanya kepada Bernama, baru-baru ini.

Pada 2008, pasangan suami isteri ini menerima ahli keluarga baharu - juga anak perempuan - yang turut disahkan sebagai pembawa.

Tunduk dengan kehendak ilahi, Noorhamidi, kini 49 tahun dan Noor Hasilah, 48, tetap tabah mengharungi ujian itu meskipun rata-rata ahli masyarakat tidak memahami impak talasemia kepada pembawa dan penghidap.

Penyakit genetik berkaitan sel darah merah

Talasemia ialah penya-

LIMA SEKELUARGA DIDIAGNOS HIDAP TALASEMIA

DERITA PENYAKIT KETURUNAN

kit genetik berkaitan sel darah merah iaitu keadaan di mana sel penghidap tidak dapat menghasilkan hemoglobin yang mencukupi untuk keperluan tubuh kerana gen yang mengawal penghasilannya terjejas.

Hemoglobin ialah protein dalam sel darah merah yang berperanan mengangkut oksigen.

Bercerita lanjut, pesara bomba itu yang kini menetap di Gurun, Kedah berkata, walaupun kesan ke atas pembawa tidak seterusnya penghidap, dia dan isteri masih berdepan masalah kesihatan seperti cepat letih dan mudah pita, terutama selepas usianya mencecah 40 tahun.

"Sebelum itu saya dapat melakukan berbagai aktiviti lasak dalam bomba, tetapi ketika umur menginjak 40 tahun, saya dapat rasakan tenaga dan kekuatan fizikal semakin merosot."

"Saya dan isteri mudah demam, akan pening dan pita jika terus memaksa diri melakukan aktiviti berterusan," katanya yang tidak mengetahui sejarah keturunan keluarganya berhubung penyakit terbahagi.

Menurutnya, selain kesan ke atas kesihatan dan fizikal, dia juga mengalami impak dari segi emosi terutama apabila melihat

anak-anaknya menderita selain bimbang masa depan mereka.

"Lebih menyedihkan melihat fizikal anak-anak berubah seperti perut buncit dan kulit pucat."

"Noornabila dan Noornafisa juga sukar bersosial seperti kanak-kanak lain kerana keletihan selain tidak boleh melakukan aktiviti fizikal yang lasak," katanya.

Bercerita lanjut, Noorhamidi berkata, pada 2022 doktor mengesahkan kedua-dua anak gadisnya mempunyai masalah hati dan limpa membengkak serta gangguan jantung yang memerlukan pelbagai pemeriksaan secara berkala.

"Ketika mereka kecil, doktor ada maklumkan kami risiko limpa dan hati mereka membengkak disebabkan kedua-dua organ itu terpaksa bekerja lebih keras berbanding orang yang tidak menghidap talasemia," katanya.

Menurutnya, kedua-dua anaknya kini perlu menjalani transfusi darah sebanyak dua liter setiap dua hingga enam minggu bergantung pada tahap kesihatan.

"Mereka perlu dua beg darah iaitu satu beg mengandungi satu liter, setiap

kali lakukan pemindahan, tapi adakala bekalan darah tidak cukup, jadi hanya ambil satu beg dulu dan satu lagi kena datang di lain hari," katanya.

Tertekan kos rawatan

Sementara itu, Noornabila, 25, berkata, bagi mengharungi kehidupan sebagai pesakit talasemia adakalanya sukar, ditambah pula tidak semua insan memahami selain ada yang memandang mereka sebagai sesuatu yang membebaskan.

"Pernah saya rasa tertekan memikirkan hal diri sendiri, kos rawatan yang perlu ditanggung abah, kos pergi-balik hospital... semua itu sentiasa berlegar di fikiran. Ada kalanya saya rasa seperti membebankan orang sekeliling, dan tidak kurang juga pertanyaan berhubung jodoh yang membuatkan saya kurang selesa."

"Saya tahu tidak semua faham apa itu talasemia dan tidak semua mampu menjaga saya seperti abah dan ibu. Saya tidak mahu orang rasa saya

satu bebanan dan elakkan bertanya sesuatu perkara yang orang tidak suka," katanya.

Gadis ini yang amat bersyukur 'dilahirkan sebagai anak Noorhamidi dan Noor Hasilah' berkata, tidak pernah sekalipun bapanya membiarkan dia bersedih atau kusut fikiran ketika menanggung kesakitan.

Ambil ubat sepanjang hayat

Menurutnya, dia perlu mengambil 11 biji ubat defiriprone setiap hari sepanjang hayatnya, selain menjalani transfusi dua liter darah setiap enam minggu.

"Biasanya satu minggu sebelum proses transfusi darah, saya akan berasa letih, pucat dan kerap demam."

"Masa belajar dulu, saya tidak boleh paksa diri untuk berjaga malam... paling lewat hingga 1 atau 2 pagi. Jika lebih dari itu, saya akan kelihatan pucat, mata jadi kuning walaupun sudah makan asid folik," katanya.

Berterima kasih kepada penderma darah yang secara langsung membantunya meneruskan kehidupan, Noornabila menasihati mereka yang melawan

pelbagai penyakit supaya menjadikan kesakitan itu sebagai pembakar semangat.

Hidup dengan talasemia sejak lahir, Noornafisa yang kini menuntut di peringkat diploma dalam jurusan Komunikasi Bahasa Inggeris berkata, menjadi rutinnya untuk menjalani proses penerimaan darah serta rawatan susulan sebanyak dua kali sebulan.

Remaja berusia 19 tahun yang menghidap talasemia beta intermedia itu berkata, kali pertama menjalani pemindahan darah, dia diselubungi perasaan cemas, namun kini sudah lali.

"Cuma setiap kali pemeriksaan, ada rasa seperti menyusahkan, namun saya kena terima demi mengekalkan kesihatan yang baik," katanya yang mengakui turut diselubungi rasa sedih dari semasa ke semasa.

Stigma sering dipersenda masyarakat

Sementara itu, Noorhamidi berkata, seperti penyakit lain, penghidap talasemia juga berdepan dengan stigma masyarakat yang melihat keadaan fizikal penghidap - pucat dan perut membuncit - sebagai satu bahan untuk dipersendakan.

Mengambil iktibar daripada pengalaman hidupnya sekeluarga, lelaki ini berharap kerajaan dapat meningkatkan kesedaran masyarakat tentang talasemia, antaranya menjalankan program saringan selain mewajibkan pemeriksaan talasemia sebagai sebahagian daripada pemeriksaan kesihatan di sekolah menengah.



KEDUA-dua anak Noorhamidi kini perlu menjalani transfusi darah sebanyak dua liter setiap dua hingga enam minggu bergantung pada tahap kesihatan.



PERMAINAN video kini telah menjadi satu bentuk hiburan yang sangat populer dalam kalangan pelbagai lapisan masyarakat, terutamanya golongan remaja dan kanak-kanak. Permainan video menawarkan permainan yang penuh dengan cabaran, pencapalan dan interaksi sosial.

Namun, di sebalik keseronokan dan kesyikan yang ditawarkan, wujud satu masalah yang semakin membimbangkan, iaitu ketagihan permainan video.

Bagaimana ketagihan ini boleh

berlaku?

Ketagihan permainan video adalah masalah kesihatan mental yang dicirikan oleh corak tingkahlaku permainan yang berulang dan berterusan. Individu yang mengalami ketagihan akan memberikan keutamaan yang tinggi kepada permainan video melebihi aktiviti harian yang lain. Hakikatnya, ketagihan ini boleh mendatangkan kesan negatif yang bukan sahaja menjejaskan kesihatan fizikal dan mental, malah turut memberi kesan buruk kepada pelajaran, pekerjaan dan hubungan

Ketagihan Permainan Video **BAGAIMANA MENGAWALNYA?**

sosial seseorang.

Salah satu cara untuk mengelakkan ketagihan permainan video yang berterusan ialah dengan menghadkan masa bermain. Ramai individu tidak sedar bahawa mereka telah menghabiskan berjam-jam di hadapan skrin setiap hari. Oleh itu, penetapan had masa seperti satu atau dua jam sehari dapat membantu menyeimbangkan masa antara hiburan dan tanggungjawab harian. Penggunaan aplikasi kawalan masa atau penggera boleh membantu mengingatkan seseorang agar berhenti bermain mengikut masa yang ditetapkan.

Mewujudkan jadual harian yang seimbang juga penting bagi mengelakkan terlalu banyak masa dihabiskan untuk bermain. Jadual ini harus merangkumi masa untuk belajar, berenam, membantu keluarga, berehat, dan bersosial. Apabila seseorang sibuk dengan aktiviti yang produktif dan bermanfaat, keinginan

untuk bermain secara berlebihan dapat dikurangkan secara semula jadi.

Sokongan daripada keluarga dan rakan-rakan turut memainkan peranan penting dalam mengawal ketagihan. Ibu bapa perlu lebih peka terhadap perubahan tingkahlaku anak-anak, seperti mudah marah apabila diminta berhenti bermain atau mengabaikan pelajaran. Dengan komunikasi yang terbuka dan tidak terlalu mengongkeng, ibu bapa boleh membantu anak-anak memahami kesan negatif ketagihan serta membimbing mereka ke arah tabiat bermain yang lebih sihat.

Mewujudkan kesedaran tentang kesan buruk ketagihan permainan video juga penting. Ramai tidak menyedari bahawa ketagihan ini boleh menyebabkan masalah tidur, sakit mata, obesiti, tekanan perasaan dan masalah hubungan sosial. Oleh itu, peranan media massa diperlukan untuk mempengaruhi anak-anak tentang bahayanya ketagihan

permainan video dan kesannya pada masa akan datang.

Setiap individu perlu mempunyai disiplin diri dan niat yang kuat untuk berubah. Tanpa kesedaran dan usaha daripada diri sendiri, semua langkah yang diambil tidak akan berkesan. Mereka boleh menetapkan matlamat harian, mencuba hobi baru seperti membaca, melukis atau bersukan, dan melibatkan diri dalam aktiviti kemasyarakatan bagi menggantikan masa yang biasa digunakan untuk bermain.

Kesimpulannya, ketagihan permainan video merupakan isu yang tidak boleh dipandang ringan kerana ia memberi kesan kepada pelbagai aspek kehidupan. Namun, masalah ini boleh dikawal jika seseorang itu mempunyai kesedaran, disiplin diri dan sokongan sekeliling. Oleh itu, marilah kita semua bijak dalam mengurus masa bermain permainan video agar hiburan tidak bertukar menjadi ancaman kepada masa depan kita.

