

MENCEGAH LEBIH BAIK DARI MENGUBATI

New Sabah Times, ms.7 dan 8 , 28 September 2009
JAKARIA DASAN, jakaria@ums.edu.my

”Homo sapiens iaitu spesies manusia moden masa kini didapati telah menunjukkan usaha-usaha untuk mencapai kemandirian dan kesejahteraan diri. Kenyataan ini dibuktikan menerusi hasil tinggalan fosil dan tamadun yang dikembangkan beberapa ribu tahun lalu. Dalam tempoh tersebut, telah berlaku peralihan demografi, epidemiologi, pemakanan dan sebagainya. Ketika peralihan demografi, didapati kadar kematian dan kelahiran manusia yang tinggi telah berubah rendah. Dari sudut peralihan epidemiologi pula, perubahan kadar prevalens didapati tinggi dari penyakit berjangkit kepada penyakit tidak berjangkit. Sementara itu, peralihan pemakanan pula mengalami perubahan dari corak pemakanan individu dan penduduk yang rendah kalori serta lemak kepada yang tinggi lemak dan protein. Kesemua perubahan ini menggambarkan keupayaan manusia untuk mengawal alam sekitarnya dan meningkatkan pengetahuan serta kemahiran dalam semua bidang ilmu.” Prof. Dr. Osman Ali, Asas Kesihatan Masyarakat, Penerbit UMS.

Prof. Dr Osman Ali merupakan pensyarah dan Dekan Sekolah Perubatan Universiti Malaysia Sabah (UMS). Bidang kepakaran beliau ialah kesihatan kemasyarakatan. Beliau mempunyai minat yang mendalam dalam subbidang epidemiologi yang mendorong beliau dalam menjalankan penyelidikan tentang taburan dan pelbagai penyakit di Malaysia. Minat dan kecenderungannya ini telah membawa kepada penganugerahan Royal College of Physician Research Award kepada beliau. Prof.. Dr. Osman Ali pernah menjadi Presiden Persatuan Doktor Pakar Kesihatan Awam Malaysia dan Naib Presiden Public Health Medicine Chapter, Akademi Perubatan Malaysia. Di peringkat antarabangsa pula beliau pernah menjadi ahli Majlis Persatuan Pacific Clinical Nutrition Society.

Beliau adalah antara penggerak utama dalam merealisasikan penubuhan Sekolah Perubatan UMS dan sentiasa menyemarakkan budaya keintelektualan dan kesedaran kesihatan di Sabah khasnya dan Malaysia amnya. Beliau merupakan seorang ahli akademik dalam bidang perubatan dan kesihatan yang berpengalaman luas. Bukunya yang bertajuk ”Asas Kesihatan Masyarakat” merupakan sebuah buku rujukan mengenai konsep dan praktis kesihatan awam dalam masyarakat. Karya ini membincangkan sejarah perkembangan bidang perubatan dan pencegahan penyakit. Untuk membolehkan sesuatu penyakit dicegah, maka faktor-faktor kesihatan perlu dikenal pasti dan ditangani. Pelbagai kaedah digunakan untuk memahami taburan penyakit dan penyebabnya termasuk kajian-kajian epidemiologi, penilaian cepat dan penilaian literatur. Justeru untuk mengamalkan kaedah pencegahan dan meningkatkan keberkesanan program, maka pengamal memerlukan ilmu pengurusan dan kepimpinan yang mantap.

Walaupun buku ini merupakan salah satu daripada teks rujukan untuk para pelajar Sekolah Perubatan, karya ini sebenarnya wajar dimiliki oleh setiap individu atau keluarga. Hal ini demikian kerana kandungan buku yang begitu komprehensif dan mudah difahami adalah amat sesuai untuk memberi pendedahan kepada masyarakat mengenai peri pentingnya menjaga dan memelihara diri serta keluarga daripada terdedah kepada gangguan ataupun ancaman kesihatan.

Apatah lagi dengan krisis kesihatan pada masa ini akibat daripada virus influenza H1N1 yang mudah berjangkit. Saban hari statistik kes kematian di seluruh dunia kian bertambah dan situasi ini pastinya amat meresahkan.

Di halaman 77, dalam buku tersebut, Prof. Dr. Osman menjelaskan bahawa untuk memahami kaedah pencegahan penyakit berjangkit, definisi penyakit berjangkit itu perlu diketahui terlebih dahulu. Penyakit berjangkit adalah penyakit yang disebabkan oleh agen infeksi atau racunnya yang boleh ditularkan secara langsung atau tidak langsung dari takungan kepada hos yang rentan. Dari definisi ini jelas menunjukkan bahawa terdapat enam peringkat dalam proses infeksi iaitu kes atau penghidap penyakit, agen yang menyebabkan penyakit, kaedah agen keluar dari kes, kaedah tularan agen tersebut dan kaedah agen ini memasuki perumah baharu. Peringkat-peringkat ini dipanggil rangkaian infeksi.

Penglibatan masyarakat dalam membentaras penularan wabak penyakit merupakan pendekatan yang sangat penting. Dalam hubungan ini promosi kesihatan perlu diperbanyakkan dan diperhebatkan. Di halaman 148, penulis memberi definisi promosi kesihatan sebagai pendidikan kesihatan dan pelbagai intervensi organisasi, politik dan ekonomi yang direka bentuk untuk mencetuskan perubahan tingkah laku dan sekitaran untuk membaiki kesihatan. Definisi ini turut menekankan mengenai keperluan mengubah struktur polisi dan ekonomi untuk menghasilkan sekitaran yang menyokong kesihatan. Pendekatan untuk mempromosi kesihatan dalam masyarakat boleh berlaku secara autoritarian iaitu masyarakat menganggap pakar atau autoriti mempunyai kuasa untuk impos sebarang keputusan pada mereka. Atau, paternalistik iaitu masyarakat diminta memberi pandangan tetapi semua keputusan tetap di tangan autoriti walaupun mungkin bercanggah dengan keperluan masyarakat tersebut. Selain itu, kaedah perkongsian yang memberi kuasa kepada masyarakat untuk membuat keputusan dan menjalankan program kesihatan yang mereka cadangkan juga adalah pendekatan paternalistik.

Pelbagai langkah telah dilaksanakan oleh kerajaan menerusi Kementerian Kesihatan Malaysia pada masa ini bagi menghalang virus H1N1 terus berleluasa. Pemakaian topeng mulut, membasuh tangan dengan sabun dan menjauhi kawasan yang padat/sesak adalah beberapa langkah kawalan yang memerlukan komitmen masyarakat. Kesemua kaedah yang digunapakai berupaya mengurangkan risiko terkena jangkitan. Pendekatan-pendekatan ini akan berkesan dengan adanya promosi kesihatan yang berterusan. Seharusnya usaha mengadakan promosi kesihatan tidak terhenti apabila wabak penyakit sudah tidak lagi mengancam manusia. Mungkin vaksin untuk virus H1N1 bakal diperolehi tetapi itu tidak bermakna yang manusia tidak akan terhindar dari lain jenis penyakit baharu yang akan muncul di masa hadapan. Sehubungan itu, kesedaran mengenai peri pentingnya meningkatkan tahap kesihatan individu dan masyarakat perlu sentiasa disemarakkan selagi kita hidup bermasyarakat.

Media melaporkan bahawa vaksin bagi mengubati penyakit ini telah diusahakan dan ada tanda-tanda positif bahawa wabak ini boleh diubati. Namun, persoalannya ialah sejauhmanakah manusia dapat menghindari serangan virus tersebut. Seperti ungkapan 'mencegah lebih baik dari mengubati,' maka kemunculan buku "Asas Kesihatan Masyarakat" hasil tulisan Prof. Dr Osman Ali adalah tepat pada masanya. Sesungguhnya buku ini boleh dijadikan 'preskripsi' kepada punca penularan penyakit.

Peningkatan hidup masyarakat masa kini tidak dinafikan semakin meningkat kesan daripada perkembangan teknologi yang mempengaruhi globalisasi. Secara sedar ataupun tidak, bukan sahaja maklumat dan barang niaga dengan mudah dieksport ke semua negara di dunia, malah wabak penyakit pun demikian juga. Penularan penyakit hanya dapat diketahui berminggu selepas berlakunya kes-kes kematian dengan tanda-tanda serangan virus yang aneh. Pada masa sesuatu penyakit itu diketahui umum, penyakit tersebut sudah pun berada di benua yang lain. Itulah yang berlaku kepada H1N1 yang dikesan berpunca dari sebuah ladang babi di Mexico. Media telah melaporkan kenaikan kadar kematian oleh virus ini di India, negara-negara di Eropah, Jepun, China, malah di negara kita sendiri. Walaupun bilangan mangsa di negara kita tidak seramai di beberapa buah negara lain, kita tidak harus memandang ringan isu ini. Kematian adalah suatu tragedi, tidak kira walau sedikit bilangannya sekali pun.

Ketika ditanya mengenai pengaruh iklim dan globalisasi terhadap penularan penyakit, Prof. Dr Osman Ali menyatakan bahawa bila iklim berubah maka sekitaran dan ekologi agen dan vektor penyakit juga berubah. Lazimnya ia meningkatkan perkembangan agen dan penularan penyakit. Contohnya bila berlaku banjir maka agen kolera akan berkembang dan menyebabkan wabak taun. Semasa El-Nino, iklim menjadi tidak menentu sehingga banyak penyakit baharu muncul. Globalisasi akan meningkatkan mobilisasi manusia, makanan, haiwan dan agen penyakit. Pergerakan yang cepat oleh pengangkutan udara, darat dan sebagainya akan memindahkan agen dan vektor penyakit dengan begitu cepat. Situasi ini berlaku pada wabak H1N1 ketika ini, dimana dalam masa dua bulan selepas wabak di Mexico, seluruh dunia dijangkiti virus ini.

H1N1 telah wujud dari dahulu bahkan pernah menyebabkan wabak besar yang membunuh jutaan penduduk di Amerika Utara dan Eropah pada awal abad ke-20. Penyakit ini berasal daripada haiwan terutama babi yang boleh mengalami mutasi dari masa ke semasa. Pada keadaan yang tertentu maka virus ini boleh berjangkit kepada manusia. Manusia boleh menularkan virus ini ke manusia yang lain melalui udara. Orang yang terinfeksi boleh mendapat penyakit yang teruk dan boleh membawa maut tetapi kebanyakannya akan mendapat infeksi ringan dan membentuk antibodi. “Apabila ramai yang telah terinfeksi maka keimunan masyarakat terbentuk sehingga orang yang tidak lagi terinfeksi terlepas dari jangkitan virus ini. Penyakit ini akan berakhir bila virus ini tidak menjangkiti hos baru,” tambah Prof. Dr Osman lagi.

Berdasarkan kepada maklumat beliau, dapatlah disimpulkan bahawa serangan virus ini dalam sesebuah masyarakat pasti akan berakhir apabila sampai kepada kemuncak serangannya. Pada ketika itu, penularan ke kelompok masyarakat yang lain akan berlaku sama ada secara serentak ataupun secara berkesinambungan. Kerana itu amalan dan kesedaran tentang penyakit adalah berbeza mengikut kawasan. Di kawasan bandar, kesedaran tentang kesihatan adalah serupa di seluruh negara kerana masyarakatnya berpeluang mendapat pendedahan dengan pendidikan melalui teknologi elektronik, kempen-kempen kesihatan dan kemudahan atau panduan kesihatan. Di kawasan desa terutama di Sabah, masalah perhubungan menyebabkan tahap pengetahuan tentang kesihatan masih kurang berbanding dengan kawasan lain di Malaysia. Dengan kata lain, infrastruktur dan prasarana yang agak terbatas jumlah dan kualitinya boleh menyebabkan ancaman ini merebak tanpa disedari.

Dalam hubungan ini, maka langkah kerajaan merealisasikan penubuhan Sekolah Perubatan UMS sangat strategik dan memberi manfaat yang tinggi nilainya kepada kehidupan masyarakat di

negeri Sabah khususnya. Jumlah doktor di Sabah akan meningkat dengan cepat dan ramai dari kalangan mereka yang dilatih di Sabah, dijangka akan memilih Sabah sebagai tempat praktis mereka. Tambahan pula, Sabah berupaya memberikan mereka peluang yang besar untuk mengembangkan pengalaman perubatan, malah setelah bergelar doktor sebenar kelak. Graduan kedokteran UMS dilatih dengan memberi penekanan terhadap kesihatan desa tanpa mengurangkan kemahiran klinikal dan rawatan. Sebelum tahun 2020, negeri Sabah akan mempunyai jumlah doktor yang mencukupi.

Pada majlis Konvokesyen UMS kali ke-11 pada 10, 12 dan 13 Oktober tahun ini, seramai 39 orang doktor akan bergraduasi. Mereka ini adalah kumpulan doktor UMS yang kedua. Graduan pertama UMS masih menjalankan houseman tahun kedua. Separuh dari jumlah graduan ini (17 orang) sedang berkhidmat di Sabah terutama di kawasan Kota Kinabalu dan Tawau. Setakat ini, tiada rungutan dari pakar atau hospital tentang keupayaan doktor-doktor yang menjadi anak didik Prof. Dr Osman dan pensyarah Sekolah Perubatan UMS.

Dr. Osman Ali turut ditanya lanjut mengenai usaha pihak UMS amnya dan Sekolah Perubatan khasnya bagi menjadikan graduan kedokteran UMS ini benar-benar mempunyai kemahiran yang tinggi dalam Profesion mereka kelak. Beliau menegaskan bahawa kerajaan perlu melihat UMS sebagai salah satu daripada entiti penting dalam misi menjadikan negeri ini sebagai sebuah negeri yang bukan sahaja aman, maju dan makmur, bahkan bebas daripada sebarang bentuk ancaman penyakit dan masalah kesihatan serius lainnya. Jika isu-isu kesihatan, khususnya 'preventive measures' tidak diupayakan maka keamanan, kemajuan dan kemakmuran akan goyah. Dalam hubungan ini, maka Sabah (UMS) khasnya, memerlukan sebuah hospital pengajar dengan kadar segera bagi memastikan kemahiran graduan kedokteran yang lahir di Sabah (UMS) ini terdiri dari kalangan mereka yang memiliki ilmu kedokteran yang disegani dan dihormati. Ringkasnya, UMS memerlukan hospital pengajar untuk meningkatkan keupayaan melahirkan doktor-doktor yang berkaliber dan doktor pakar dalam pelbagai bidang untuk meningkatkan tahap kesihatan rakyat di negeri Sabah.

Buku 'Asas Kesihatan Masyarakat' terbitan Penerbit UMS merupakan buku yang dikarang dengan bahasa yang begitu mudah untuk difahami oleh semua golongan masyarakat. Pada ketika dunia dilanda wabak H1N1, buku ini mampu menjadi sumber rujukan segera bagaimana kita meminimumkan kesan atau risiko wabak ini kepada diri dan keluarga serta masyarakat kita.