

**PEMBERITAHUAN PERTANYAAN DEWAN RAKYAT  
JAWAPAN OLEH YB DATUK SERI DR. S. SUBRAMANIAM  
MENTERI KESIHATAN MALAYSIA**

**PERTANYAAN : BUKAN LISAN**  
**DARIPADA : YB DR HAJI IZANI BIN HAJI HUSIN**  
**[PENGKALAN CHEPA]**  
**TARIKH :**  
**SOALAN :**

**YB Dr. Haji Izani bin Haji Husin [Pengkalan Chepa] minta MENTERI KESIHATAN menyatakan mengapa Non-Communicable Disease (NCD) di Malaysia antara yang tertinggi berbanding negara-negara Asean. Apakah faktor-faktor peningkatan tersebut dan langkah-langkah komprehensif Kerajaan bagi mengawal NCD.**

**Tuan Yang di-Pertua,**

Penyakit tidak berjangkit (NCD), juga dikenali sebagai penyakit kronik. Perkembangan dan proses penyakit ini secara umumnya berlaku secara perlahan. Terdapat empat jenis utama penyakit tidak berjangkit adalah penyakit kardiovaskular (seperti hipertensi, serangan jantung dan strok), kanser, penyakit pernafasan kronik (seperti penyakit kronik terhalang paru-paru dan asma) dan diabetes.

Merokok, gaya hidup yang tidak aktif, pemakanan tidak seimbang dan pengambilan alkohol berlebihan merupakan antara faktor-faktor utama

yang menyumbang kepada NCD. Amalan-amalan tidak sihat ini pula akan mengubah fisiologi dan metabolisme tubuh badan dan meningkatkan risiko NCD seperti yang dinyatakan sebelum ini.

Perubahan tingkah laku masyarakat kepada amalan dan gaya hidup yang lebih sihat memainkan peranan utama untuk mengawal dan mencegah NCD. Namun begitu, usaha Kerajaan untuk mencapai perubahan tingkah laku adalah mencabar. Ini adalah kerana bagi mencapai perubahan tingkah-laku, semua pihak mempunyai peranan yang penting, bukan hanya Kerajaan, tetapi pihak swasta, pihak NGO, komuniti dan juga individu itu sendiri.

Kementerian Kesihatan telah menggunakan beberapa pendekatan dan strategi yang efisien dan agresif menerusi pendidikan kesihatan awam (*public education*) dan modifikasi cara hidup (*lifestyle modification*) dengan memantapkan dan mengukuhkan aktiviti di peringkat komuniti.

Satu aktiviti khusus yang dilaksanakan adalah "Komuniti Sihat, Perkasa Negara" (atau KOSPEN). KOSPEN secara ringkasnya adalah satu program intervensi dalam komuniti bagi menangani penyakit dan faktor risiko NCD. Inisiatif ini berkonsepkan kolaborasi pelbagai Agensi Kerajaan, iaitu Kementerian Kemajuan Luar bandar dan Wilayah melalui program KEMAS, KESEDAR, FELCRA, KEJORA dan Jabatan Perpaduan Negara dan Integrasi Nasional melalui Program Rukun Tetangga. Asas pelaksanaan KOSPEN adalah pemerikasaan sekumpulan individu dan masyarakat amnya dalam penjagaan kesihatan sendiri. Melalui KOSPEN, Sukarelawan di kalangan ahli komuniti akan dilatih oleh Kementerian Kesihatan menjelang tahun 2022 sebagai *agent of change* bagi memastikan penerapan polisi dan amalan kesihatan yang

terkandung dalam KOSPEN, pewujudan persekitaran sihat serta aktiviti berterusan saringan dan intervensi faktor risiko penyakit NCD. KOSPEN bukan sahaja difokuskan kepada komuniti tetapi juga turut diperluaskan ke tempat-tempat kerja yang berpotensi untuk menjayakannya bagi mencakupi golongan pekerja.

Pendidikan kesihatan awam menerusi siaran iklan di televisyen, radio, majalah, suratkhbar dan media sosial telah mewar-warkan mesej tentang penyakit tidak berjangkit seperti penyakit jantung, diabetes dan darah tinggi serta langkah-langkah pencegahan yang perlu diamalkan. Aktiviti pendidikan kesihatan di peringkat komuniti diperhebatkan dengan pelaksanaan aktiviti “Kem I Want” di semua daerah di seluruh negara sejak tahun 2014. Selain itu, Kementerian Kesihatan turut melaksanakan program Berjalan 10,000 Langkah serentak di seluruh negara menerusi program Gegar 10,000 Langkah Merdeka setiap tahun, disamping penyediaan trek dan aktiviti yang sama di lokaliti-lokaliti KOSPEN. Kini aktiviti berjalan 10,000 langkah semakin popular dalam kalangan masyarakat sebagai satu bentuk aktiviti fizikal yang mudah dan berfaedah kepada kesihatan. Promosi melalui saluran media sosial seperti facebook dan twitter NAK SIHAT juga turut diaplikasikan dalam mendidik dan menggalakkan masyarakat mengamalkan aktiviti fizikal.

Faktor pemakanan yang seimbang amat penting dalam menentukan tahap kesihatan individu. Program pemakanan sihat menekankan pengambilan makanan seimbang mengikut keperluan harian individu dengan cara melebihkan pengambilan sayur-sayuran dan buah-buahan disamping mengurangkan pengambilan garam, lemak dan gula berlebihan boleh mencegah NCD.

Kajian saintifik menunjukkan bahawa impak dari intervensi-intervensi yang berkesan hanya boleh dilihat selepas 10 hingga 20 tahun. Namun begitu, Kerajaan adalah komited untuk mempertingkatkan kualiti hidup rakyat Malaysia dan mengurangkan pendedahan kepada faktor risiko penyakit NCD.