

**TEKS UCAPAN  
PENGARAH KESIHATAN,  
JABATAN KESIHATAN NEGERI MELAKA  
SEMPENA PERHIMPUNAN PAGI BIL. 3/2017**

---

Bismillahirrahmanirrahim  
Assalamualaikum WBT;  
Salam Sejahtera dan Salam 1Malaysia;  
Salam Melaka Maju Negeriku Sayang, Negeri Bandar Teknologi Hijau;  
Negeri Bandar Teknologi Hijau;  
Melaka 754 tahun; Melaka Maju Fasa ke -II

Yang Berusaha,

Dr. Amirullah Bin Mohd Arshad,  
Timbalan Pengarah Kesihatan Negeri (Kesihatan Awam),

Yang Dihormati,

Tn. Hj. Abdul Aziz Bin Ahmad,  
Timbalan Pengarah Kesihatan Negeri (Farmasi),

Dr. Doreyat Bin Jemun  
Timbalan Pengarah Kesihatan Negeri (Pergigian),

Dr. Dul Hadi Bin Mat Junid  
Timbalan Pengarah Kesihatan Negeri (Perubatan)

Norzitah Bt. Abu Khair  
Timbalan Pengarah Kesihatan Negeri

---

(Bahagian Kawalan dan Kualiti Makanan)

En. Abdul Aziz Bin Simat

Timbalan Pengarah Kesihatan Negeri (Pengurusan)

Datuk Dr. Hj. Za'aba Bin Baba

Pengarah Hospital Melaka

Dr. Suraidah Bt. Karim

Pengarah Hospital Alor Gajah

Dr. Zaleha Bt. Md. Noor

Pengarah Hospital Jasin

Dr. Rusdi Bin. Abd. Rahman

Pegawai Kesihatan Daerah Melaka Tengah

Dr. Hazlinda Bt. Datuk Hamzah

Pegawai Kesihatan Daerah Alor Gajah

Dr. Normadiyah Bt. Jabar

Pegawai Kesihatan Daerah Jasin

Ketua-ketua Seksyen, Ketua-ketua Unit,

Tuan-tuan, Puan-puan semua warga kerja Jabatan Kesihatan Negeri Melaka.

Syukur kita ke hadrat Allah S.W.T. kerana dengan izin serta limpah kurnia Nya, dapat kita bersama-sama hadir dan berhimpun dalam Majlis Perhimpunan Bulanan Bil. 3 /2017 pada pagi ini. Alhamdulillah, kita masih

diberi nafas untuk melakari hidup dan mensyukuri nikmat yang diberikan sehingga ke hari ini.

Tahniah kepada pihak Bahagian Kesihatan Awam kerana dapat menganjurkan perhimpunan bulanan pada kali ini.

Tema yang diangkat bagi Perhimpunan Bulanan kali ini ialah "**Warga Aktif Warga Produktif Menjana Melaka Sihat**".Merujuk kepada Hasil Tinjauan Kesihatan Kebangsaan , Penyakit Tidak Berjangkit merupakan salah satu penyumbang utama kematian di Malaysia. Obesiti, Hipertensi dan serangan jantung sering dikaitkan dengan amalan gaya hidup yang tidak sihat.

Pada tahun 2017 penggalakkan aktiviti fizikal menjadi fokus utama dalam usaha KKM untuk mencegah penyakit tidak berjangkit. Langkah kementerian dalam usaha ini bermula dengan pelaksanaan Program KOSPEN. Kospen yang membawa maksud (Komuniti Sihat Perkasa Negara) merupakan program intervensi bagi Penyakit Tidak Berjangkit (NCD) dalam komuniti. Ianya merupakan inisiatif berasaskan penyertaan dan pemerdayaan komuniti dalam pencegahan dan kawalan faktor risiko NCD. Program KOSPEN kini menumpukan pelaksanaan kepada komuniti di kampung – kampung , kawasan pinggiran bandar dan bandar.

Namun Wargakerja jabatan jabatan kerajaan negeri dan persekutuan merupakan komuniti yang belum dicapai sepenuhnya menerusi KOSPEN komuniti, oleh itu usaha memperluaskan program KOSPEN telah dirancang dengan teliti dan terhasillah KOSPEN Plus atau KOSPEN Tempat Kerja yang dilaksanakan demi mewujudkan komuniti sejahtera secara komprehensif.

**Hadirin Sekelian**

**Objektif KOSPEN Plus** adalah untuk menurunkan prevalens penyakit NCD dan faktor risikonya di kalangan pekerja melalui pemeraksanaan majikan dan pekerja menggunakan strategi berikut:

- i. Mendekatkan dan meluaskan capaian program kesihatan tempat kerja bagi membentuk warga kerja sihat, bebas daripada penyakit NCD yang merupakan beban utama negara masa kini.
- ii. Membentuk warga kerja sihat dan produktif melalui penerapan polisi kesihatan, pewujudan persekitaran yang menjurus kepada pembudayaan amalan gaya hidup sihat seiring dengan peningkatan potensi diri, pemantapan tahap sosio-ekonomi serta pembangunan yang mapan.
- iii. Menambah nilai program dan aktiviti-aktiviti di bawah kesihatan pekerjaan melalui penerapan elemen pendidikan asas pencegahan dan prosedur mudah pengesanan faktor risiko penyakit tidak berjangkit.
- iv. Mewujudkan sekumpulan sukarelawan kesihatan terlatih di kalangan warga kerja.

Sasaran yang ditetapkan adalah sekurang-kurangnya 50% Peratus wargakerja di persekitaran tempat kerja yang menjalankan KOSPEN disaring untuk faktor risiko NCD.

Jabatan kesihatan Negeri Melaka amat komited dan berharap KOSPEN Plus ini diwujudkan di semua PTJ di bawah Jabatan Kesihatan Negeri sebagai role model kepada Jabatan dan Agensi selain KKM. Semua Ketua PTJ adalah diharapkan untuk memberikan komitmen yang tinggi dalam usaha ini.

Pada tahun ini juga satu program khusus di bawah **INISIATIF MELAKA SIHAT** telah dirancang dengan teliti, fokus kali ini adalah pelaksanaan program berstruktur ke arah berat badan ideal dalam kalangan anggota kesihatan. Saya difahamkan cabaran melaka sihat 2017 dilaksanakan

bermula febuari lalu telah mengumpulkan seramai 150 orang peserta yang begitu bersemangat ke arah mencapai berat ideal sepanjang hayat.

### **Hadirinsekelian**

**cabaran melaka sihat ini diselaraskan di semua peringkat ptj dengan objektif:**

- mencegah risiko penyakit tidak berjangkit akibat berlebihan berat badan/obesiti
- melahirkan individu/warga kerja yang lebih sihat dan produktif melalui pembudayaan amalan gaya hidup sihat

**antara pengisian program cabaran melaka sihat adalah**

- saringan kesihatan
- khidmat nasihat dan runding cara pemakanan sihat,
- aktiviti fizikal berstruktur
- perkongsian kejayaan dan motivasi untuk pengekalندان komitmen berterusan

### **Hadirin sekalian**

Mengikut Tinjauan Kesihatan Dan Morbiditi Kebangsaan (NHMS) pada tahun 2015 menunjukkan bahawa hanya 6% orang dewasa mengambil buah dan sayur yang mencukupi iaitu 3 sajian sayur –sayuran dan 2 sajian buah-buahan setiap hari. Sehubungan itu pada 6 Disember 2016 yang lalu YBMK telah melancarkan kempen makan sayur dan buah sempena expo MAHA di Serdang, Selangor bertujuan meningkatkan kesedaran rakyat Malaysia mengambil sayur dan buah secukupnya. Amalan ini akan dapat membantu mengurangkan risiko penyakit tidak berjangkit yang berkaitan dengan pemakanan seperti diabetes dan hipertensi.

Untuk makluman semua Bulan Pemakanan Malaysia atau Nutrition Month Malaysia (NMM) merupakan salah satu sambutan tahunan Kementerian Kesihatan Malaysia bagi mempromosikan amalan pemakanan sihat dan gaya hidup yang sihat. Ianya disambut pada bulan April setiap tahun dengan tema yang berbeza. Untuk Tahun 2017, tema yang dipilih adalah "Makan Sihat, Gerak Cergas = Resipi Keluarga Yang Sihat " - "*Eat Smart, move more = recipe for healthy family !*".

Objektif utama adalah untuk memberi kesedaran tentang pentingnya pengambilan makanan dan minuman yang sihat serta gaya hidup aktif bagi mengekalkan berat badan yang sihat seterusnya mengurangkan risiko mendapat penyakit khususnya penyakit tidak berjangkit dikalangan ahli keluarga. Ini adalah selari dengan program Cabaran Melaka Sihat yang memfokuskan kepada Amalan Pemakanan sihat, aktiviti Fizikal Rutin dan Pemantauan berterusan sepanjang program berlangsung.

Hadiran Sekelian

Kementerian Kesihatan Malaysia sentiasa berusaha untuk meningkatkan mutu perkhidmatan bagi memastikan kesejateraan penduduk rakyat, dan ini termasuklah pewartaan undang-undang kesihatan awam demi kepentingan kesihatan masyarakat umum.

Saya mengambil kesempatan ini untuk memaklumkan bahawa KKM telahewartakan semua taman awam dan taman Negara sebagai kawasan larangan merokok mulai 1 Februari 2017. Pewartaan ini adalah selari dengan visi KKM dibawah Pelan Strategik Kebangsaan Bagi Kawalan Tembakau supaya menjadikan Malaysia sebagai sebuah negara bebas dari sebarang bentuk amalan merokok menjelang tahun 2045. Dengan pewartaan ini KKM berhasrat untuk melindungi semua rakyat Malaysia daripada bahaya asap

rokok dengan mewujudkan 100% tempat-tempat awam sebagai kawasan bebas asap rokok. Jabatan Kesihatan sedang menjalankan penguatkuasaan pendidikan sehingga 31 Mei dan penguatkuasaan sepenuhnya akan dijalankan mulai 1 Jun 2017. Kepada semua hadirin sampaikan informasi ini sama sama menghormati zon larangan merokok demi kesihatan sepanjang hayat. Kepada yang merokok berhenti merokok adalah pilihan yang terbaik dalam kehidupan.

Hadirin Sekelian

Bulan Mac juga amat signifikan dengan Hari TIBI Sedunia. Untuk makluman Hari TB Sedunia disambut pada 24 Mac setiap tahun sebagai memperingati penemuan kuman *Mycobacterium Tuberculosis* penyebab penyakit TB oleh Dr Robert Koch pada tahun 1882. Penyakit TB merupakan penyakit berjangkit utama di peringkat global dan di Malaysia. Pertubuhan Kesihatan Sedunia menganggarkan pada tahun 2016, sebanyak 10.4 juta kes TB baru seluruh dunia dengan 1.8 juta kematian TB.

Tema Sambutan Hari TB Sedunia 2017 adalah "Bersatu Ke Arah Malaysia Bebas Tibi". Tema ini sangat bertepatan dalam menyeru semua pihak untuk bersatu dan berusaha dalam mengekang epidemik penyakit TB. Adalah disasarkan penurunan sebanyak 90% pada tahun 2035 berbanding kes pada tahun 2015 melalui "End TB Strategy" yang digariskan oleh Pertubuhan Kesihatan Sedunia. Sejumlah 25,747 kes TB di Malaysia pada tahun 2016 berbanding 24,220 kes pada tahun 2015 iaitu peningkatan sebanyak 6.3%.

Sebagai anggota kesihatan, adalah menjadi tanggungjawab kita untuk membuat pengesanan awal kes TB terutama golongan berisiko tinggi TB dan memastikan kes sembuh sepenuhnya bagi menghentikan transmisi TB. Aktiviti promosi TB perlu dipertingkatkan bagi memberi memberi kesedaran kepada orang awam mengenai bahayanya TB dan perlunya mendapatkan pemeriksaan segera. Sampaikanlah maklumat kepada ahli

keluarga, rakan taulan, jiran tetangga dan masyarakat setempat untuk mendapatkan pemeriksaan lanjut sekiranya batuk berterusan lebih 2 minggu.

### **Hadirin Sekelian**

Untuk menilai kualiti penjagaan pesakit Diabetes di fasiliti kesihatan KKM menggunakan tahap HbA1c sebagai proksi. Semua fasiliti Kesihatan perlu meningkatkan bilangan pesakit Diabetes mencapai sasaran kawalan glisemia. Sasaran yang ditetapkan iaitu 30% Peratus pesakit Diabetes Jenis 2 aktif dengan tahap HbA1c < 6.5%.

Pencapaian 2016, bagi Negeri Melaka, **TAHNIAH** kepada 2 Klinik Kesihatan yang mencapai sasaran tersebut iaitu **KK Durian Tunggal dan KK Simpang Empat**.

Sedar tak sedar kita telah pun melangkah masuk ke suku tahun kedua 2017 bermakna kita telah pun bekerja selama 3 bulan dan saharusnya kita juga telah mencapai suku daripada sasaran untuk mencapai KPI dan SKT yang telah ditetapkan untuk setiap bahagian.

Saya berharap agar semua anggota sentiasa bersemangat dan komited dalam melaksanakan tugas masing masing. Teruskan focus, jaga kesihatan diri ambillah peluang tambahkan pengetahuan untuk sentiasa sihat sertai program program kesihatan dan kecergasan yang dianjurkan oleh setiap PTJ masing masing. Kalau tidak hari ini bila lagi kita akan mulakan amalan gaya hidup yang sihat. Kepada semua Timbalan Pengarah, Pengarah Hospital dan Pegawai Kesihatan Daerah termasuk Pegawai Pergigian Daerah mohon kerjasama memastikan penglibatan peserta Cabaran Melaka Sihat sepanjang pelaksanaan ini. Komitmen tuan puan amatlah dihargai. Kepada semua peserta yang terpilih dan rela hati

menyertai demi kesihatan syabas saya ucapkan. Semoga tuan puan istoqomah dalam usaha untuk lebih sihat sepanjang hayat.

Sebelum saya mengakhiri ucapan pada hari ini saya ingin menyeru kepada semua agar kita sentiasa bersyukur dengan nikmat kehidupan di bumi Malaysia ini.

Bersyukurlah dengan nikmat kesihatan diri

Bersyukurlah dengan nikmat berkeluarga

Bersyukurlah dengan nikmat pekerjaan kita

Bersyukurlah kita dipilih untuk memberi perkhidmatan dalam bidang kesihatan dan saya percaya dan yakin bidang kesihatan adalah bidang yang banyak memberi manfaat kepada seluruh rakyat Malaysia. Semoga kita semua diberkati dan dirahmati Allah.

Sekian Wabillahi Taufik Wal hidayah Wassalamu Alaikum warohmatullaahi  
Wabarokatuh