



KEMENTERIAN KESIHATAN MALAYSIA

KENYATAAN MEDIA SEMPENA SAMBUTAN HARI DIABETES SEDUNIA 2022 PERINGKAT KEBANGSAAN

Diabetes adalah penyakit kronik yang menyebabkan kegagalan tubuh pesakit untuk mengawal peningkatan paras glukosa dalam darah. Sekiranya situasi tersebut dibiarkan berterusan, ianya boleh menjurus kepada kerosakan serius kepada organ seperti jantung, saluran darah, mata, buah pinggang dan saraf. Oleh itu, akses kepada rawatan yang sewajarnya bagi mereka yang menghidap diabetes, adalah penting demi kelangsungan hidup.

Diabetes bukan sahaja menyumbang kepada beban penyakit yang tinggi, malah ia juga memerlukan perbelanjaan yang tinggi untuk merawatnya. Laporan *The Direct Healthcare Cost of Noncommunicable Diseases in Malaysia* yang dikeluarkan baru-baru ini menganggarkan sebanyak RM 4.38 bilion (45.38% daripada jumlah kos keseluruhan) telah dibelanjakan bagi tahun 2017 untuk rawatan diabetes. Beban kos ini dijangka akan terus meningkat sekiranya tindakan sewajarnya tidak diambil untuk mencegah dan mengawal penyakit tersebut.

Sehubungan dengan itu, Kementerian Kesihatan Malaysia (KKM) melancarkan sambutan Hari Diabetes Sedunia Peringkat Kebangsaan pada 15 November 2022 dengan tema **Akses Kepada Penjagaan Diabetes - Pendidikan untuk Melindungi Hari Esok**. Sambutan ini adalah untuk mempertingkatkan kesedaran dalam komuniti tentang kepentingan akses kepada perawatan dan penjagaan diabetes.

KOMPONEN ASAS DALAM PENJAGAAN DIABETES

KKM ingin menekankan lima komponen asas dalam penjagaan dan perawatan penyakit diabetes iaitu:

1. Akses kepada insulin

Walaupun selepas 100 tahun penemuan insulin, masih terdapat berjuta-juta penghidap diabetes di seluruh dunia tidak mendapat bekalan insulin yang diperlukan. Namun begitu, situasi tersebut tidak berlaku di Malaysia dan justeru, KKM ingin menyeru agar semua pesakit diabetes menggunakan insulin yang dibekalkan dengan baik dan patuh kepada arahan doktor serta menyimpan dengan cermat bagi membantu mengawal paras gula yang optimum.

2. Akses kepada rawatan ubat-ubatan

Lazimnya, pesakit diabetes memerlukan ubat-ubatan secara berterusan bagi mengawal paras gula dalam darah. Akses kepada ubat-ubatan ini amat berharga dan KKM sentiasa komited dalam memastikan pesakit diabetes di Malaysia mempunyai akses kepada ubat-ubatan yang terbaik. Oleh itu, semua pesakit diabetes diseru agar patuh menggunakan ubat-ubatan yang dibekalkan dengan baik seperti yang disarankan oleh doktor dan pegawai farmasi untuk mengelakkan pembaziran.

3. Akses kepada pemantauan sendiri

Pemantauan paras gula dalam darah adalah komponen asas dalam penjagaan diabetes. Oleh itu, pemantauan paras gula sendiri perlu diutamakan dan diamalkan oleh pesakit diabetes bagi mengawal penyakit tersebut dengan baik. Kawalan paras gula yang baik boleh mengelakkan komplikasi kepada organ seperti jantung, saluran darah, mata, buah pinggang dan saraf. Namun, masih ramai pesakit diabetes

tidak melakukan pemantauan sendiri dan KKM ingin menggalakkan agar semua pesakit diabetes untuk memantau paras gula sendiri demi memastikan tahap kesihatan sentiasa dalam keadaan yang terbaik.

4. Akses kepada pendidikan dan sokongan psikososial

Pesakit diabetes memerlukan pendidikan berterusan dan sokongan psikososial bagi mengawal penyakit diabetes. KKM ingin menyeru agar pesakit-pesakit diabetes mendapatkan khidmat nasihat dan pendidikan diabetes di fasiliti-fasiliti kesihatan dan pengamal perubatan yang diiktiraf bagi menjamin maklumat yang tepat bagi mengawal penyakit diabetes.

Untuk memastikan kesihatan mental yang baik dikalangan pesakit diabetes juga, KKM menyediakan perkhidmatan sokongan psikososial melalui Talian Krisis Kesihatan Mental Kebangsaan atau Talian HEAL 15555 yang dikendalikan oleh Pegawai Psikologi (Kaunseling) KKM dari jam 8 pagi sehingga 12 tengah malam setiap hari termasuk cuti umum.

5. Akses kepada pemakanan sihat dan aktiviti fizikal

Pesakit diabetes atau mereka yang berisiko memerlukan akses kepada makanan yang sihat dan seimbang serta tempat untuk melakukan aktiviti fizikal yang sesuai dan selamat. Kedua-duanya adalah asas yang penting bagi pencegahan dan penjagaan diabetes. Melalui inisiatif seperti Agenda Nasional Malaysia Sihat (ANMS), Kerajaan Malaysia sentiasa komited dalam memastikan akses kepada pemakanan yang sihat dan tempat riadah bagi mencapai matlamat tersebut.

TREND PENINGKATAN DIABETES YANG MEMBIMBANGKAN DI MALAYSIA

Terdapat sasaran yang dipersetujui secara global untuk mengawal peningkatan diabetes menjelang 2025. Namun, prevalen diabetes masih menunjukkan trend peningkatan yang membimbangkan saban tahun. Di

peringkat global, dianggarkan seramai 537 juta orang dewasa yang berumur 20 hingga 79 tahun menghidap diabetes pada tahun 2021. *International Diabetes Federation* menjangkakan jumlah ini akan mencecah seramai 643 juta orang menjelang tahun 2030, dan seramai 783 juta orang pesakit menjelang tahun 2045.

Di Malaysia, kira-kira 3.9 juta orang dewasa berumur 18 tahun dan ke atas (18.3%) menghidap diabetes dan lebih membimbangkan lagi adalah hampir separuh daripada pesakit diabetes tidak menyedari status penyakit mereka. Diabetes perlu dipandang serius bukan sahaja dalam kalangan individu tanpa diabetes, atau berisiko tinggi, tetapi juga melibatkan anggota kesihatan dan pembangun polisi. Pengesanan diabetes dan permulaan awal rawatan adalah amat penting dalam pengurusan diabetes dan seterusnya membantu mencegah komplikasi dan kematian pramatang. Ini kerana, semakin lama seseorang menghidap diabetes yang tidak didiagnosis dan dirawat, semakin tinggi risiko untuk mendapat komplikasi dan kematian pramatang.

Oleh itu, adalah menjadi tanggungjawab rakyat Malaysia untuk mengambil berat tentang kesihatan masing-masing kerana kesihatan kita adalah milik dan tanggungjawab bersama. Kenali dan fahami faktor risiko, tanda dan gejala penyakit diabetes supaya pencegahan serta pengesanan dan rawatan awal dapat dilakukan.

INISIATIF SARINGAN KESIHATAN KEBANGSAAN (NHSI)

Inisiatif ini telah dilaksanakan oleh KKM bermula dari Julai sehingga Disember 2022 bagi menggalakkan masyarakat menjalani saringan kesihatan. Sehingga 13 November 2022, sejumlah 730,788 orang telah disaring dan daripada jumlah tersebut, sebanyak 566,301 saringan telah dijalankan di fasiliti KKM. Seramai 145,592 individu juga telah berjaya disaring melalui program

PeKaB40, manakala 18,895 pekerja telah menjalani saringan di bawah program *Health Screening Program* (HSP) PERKESO.

Berdasarkan data dari aplikasi MySejahtera, seramai 355,887 individu yang berumur 40 tahun dan ke atas telah mengambil bahagian dalam NHSI sejak 1 Julai 2022 sehingga 13 November 2022. Daripada jumlah tersebut, didapati:

- 195,215 (54.85%) individu adalah sememangnya telah disahkan menghidap NCD sebelum saringan;
- 137,380 (38.6%) individu adalah bebas NCD tetapi dikesan mempunyai faktor risiko NCD (masalah berat badan atau obesiti, merokok, mempunyai bacaan tekanan darah, paras gula dan paras kolesterol yang melebihi paras normal); manakala
- 23,293 (6.55%) individu lagi adalah sihat, iaitu tidak dikesan mempunyai faktor risiko NCD.

Melalui aplikasi MySejahtera, data menunjukkan seramai 210,414 individu yang berumur bawah 40 tahun telah disaring pada tempoh yang sama juga. Daripada jumlah tersebut:

- 84,395 (40.11%) individu telah pun disahkan menghidap NCD sebelum saringan;
- 97,158 (46.14%) individu mempunyai faktor risiko NCD; manakala
- 28,931 (13.75%) individu adalah sihat.

Melihat kepada trend yang membimbangkan ini, justeru, KKM ingin menyeru agar rakyat Malaysia mengambil peluang ini untuk tampil memeriksa status BMI, tekanan darah, paras gula dan paras kolesterol dalam darah di mana-mana fasiliti kesihatan berhampiran. Selain itu, pemeriksaan kesihatan secara berkala perlu dilakukan terutamanya apabila umur semakin meningkat dan

mempunyai sejarah keluarga yang menghidap diabetes atau mempunyai faktor-faktor risiko penyakit tidak berjangkit lain.

PENGLIBATAN SEMUA PIHAK PENTING DALAM PENCEGAHAN DAN PERAWATAN DIABETES

Hari Diabetes Sedunia disambut sebagai tanda sokongan dan penghargaan kepada semua yang terlibat dalam penjagaan diabetes. Sambutan ini juga diharapkan menjadi satu titik tolak perubahan bagi semua pihak untuk memperkasa penjagaan diabetes, terutama di waktu yang sukar dengan beban penyakit yang semakin meningkat dan kos belanjawan yang terhad.

Dengan mengambil prinsip “mencegah lebih baik daripada mengubati”, sistem kesihatan negara sedang menjalani transformasi daripada *sick care* kepada *health care*. Transformasi ini penting untuk memperkasakan aktiviti pencegahan penyakit, menggalakkan gaya hidup sihat, menambah baik pemeriksaan kesihatan dan perkhidmatan kesihatan utama dalam masyarakat.

Justeru, semua pihak termasuk anggota kesihatan, akademik, sektor swasta dan pemimpin masyarakat diseru untuk bersatu dalam berkongsi penyelesaian dan tindakan yang berkesan untuk mengekang peningkatan penyakit tidak berjangkit di negara kita. Kerjasama yang erat daripada semua pihak dapat mengubah persekitaran di negara kita untuk menjadi lebih baik dan memangkin kepada amalan gaya hidup yang lebih sihat tanpa penyakit tidak berjangkit.

Sekian, terima kasih.

TAN SRI DATO' SERI DR NOOR HISHAM BIN ABDULLAH
KETUA PENGARAH KESIHATAN, MALAYSIA
15 November 2022