

TIMBALAN PERDANA MENTERI

YAB DATO' SERI DR WAN AZIZAH BINTI WAN ISMAIL

TIMBALAN PERDANA MENTERI MALAYSIA

MERANGKAP

MENTERI PEMBANGUNAN WANITA, KELUARGA DAN MASYARAKAT

SAMBUTAN HARI KESIHATAN MENTAL SEDUNIA 2018

Tarikh: 10/11/2018

Khamis, Oktober/11/2018

Tempat: PUSAT PERSIDANGAN ANTARABANGSA PUTRAJAYA

Yang Berhormat Dr. Dzulkefly bin Ahmad

Menteri Kesihatan

Yang Berbahagia Tan Sri Dato' Haji Hashim bin Meon

Pengerusi The Mental Health Foundation

Ahli-Ahli Lembaga Pemegang Amanah The Mental Health Foundation

Tan Sri-Tan Sri, Puan Sri-Puan Sri, Dato'-Dato', Datin-Datin,

Tuan-Tuan dan Puan-Puan, rakan media, para hadirin sekalian.

سَمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

1. Assalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh dan salamsejahtera. Setinggi-tinggi kesyukuran ke hadrat Allah S.W.T kerana dengan limpah rahmat dan kurniaNya kita dapat berhimpun untuk meraikan sambutan Hari Kesihatan Mental Sedunia tahun 2018.
2. Saya mengucapkan tahniah dan terima kasih kepada The Mental Health Foundation / Yayasan Kesihatan Mental di atas komitmen serta kesungguhan dalam menjayakan sambutan Hari Kesihatan Mental Sedunia 2018 yang di sambut pada 10 Oktober pada setiap tahun.

Tujuan Hari Kesihatan Mental ini diadakan adalah untuk mengingatkan kita semua betapa pentingnya kesihatan mental dan menyedari betapa banyak yang masih perlu dilakukan bagi meningkatkan pendidikan masyarakat dan juga peranan sokongan (advocacy) seperti The Mental Health Foundation dalam hal ini.

Hadirin yang saya muliakan

TEMA SAMBUTAN HARI KESIHATAN MENTAL SEDUNIA 2018 : “YOUNG PEOPLE AND MENTAL HEALTH IN A CHANGING WORLD”

3. Tema “Young People and Mental Health In A Changing World” pada saya amat bertepatan bagi negara kita Malaysia sebagai negara yang pesat membangun dari segi infrastruktur dan juga kerana kita mempunyai penduduk dari golongan belia remaja yang berumur 15 hingga 24 tahun yang tinggi.
4. Malaysia agak bertuah. Kita tidak mengalami pelbagai bentuk keganasan seperti peperangan, konflik perkauman, bencana alam seperti gempa bumi, taufan dan sebagainya seperti yang di lihat di negara luar yang mengakibatkan kehilangan nyawa yang ramai termasuk belia dan remaja.

Namun kita perlu mempersiapkan diri sebagai sebuah negara bagi menghadapi perubahan di dunia yang tiada sempadan.

5. Saya difahamkan mengikut Kajian Morbiditi Kesihatan yang dilaksanakan pada tahun 2015, hampir 30% dari penduduk Malaysia mengalami pelbagai penyakit mental / psikiatri – dari anxiety, kemurungan, penyakit yang lebih serius seperti schizophrenia, percubaan membunuh diri dan lain-lain.

Gejala bunuh diri dalam kalangan masyarakat Malaysia kini semakin menjadi-jadi dan gejala yang berlaku tanpa mengira bangsa ini tidak lagi boleh dipandang remeh.

Laporan terbaharu Pertubuhan Kesihatan Sedunia (WHO) menunjukkan hampir 800,000 individu kehilangan nyawa akibat bunuh diri setiap tahun di seluruh dunia (satu nyawa bagi setiap 40 saat; kadar bunuh diri global - 11 orang bagi setiap 100,000 penduduk).

Bunuh diri adalah punca kematian kedua tertinggi bagi mereka berusia antara 15 hingga 29 tahun.

Lebih menakutkan ialah anggaran bahawa bagi setiap seorang individu yang mati akibat bunuh diri, terdapat 20 orang lagi yang telah cuba untuk membunuh diri.

Di Malaysia, kajian oleh Pusat Daftar Bunuh Diri Kebangsaan 2009 menunjukkan kadar bunuh diri masih lagi rendah (1.18 bagi setiap 100,000 penduduk).

Ramai pakar berpendapat jumlah sebenar adalah jauh lebih tinggi.

Anggarannya hampir 2,500 kes bunuh diri setiap tahun atau secara puratanya tujuh kes setiap hari.

Rakyat Malaysia perlu menghentikan sikap meminggirkan mereka yang mempunyai masalah kesihatan mental, sebaliknya hendaklah membantu mereka.

Malah sesetengah orang Islam mentafsir penyakit mental sebagai kelemahan iman, dan menasihatkan mereka yang mudah diserang penyakit itu agar lebih banyak berdoa, takutkan Allah atau lupakan langsung situasi mereka.

Mengapa kita mudah bersimpati dengan seseorang yang patah tangan dan menjauhkan diri daripada seseorang yang menghadapi tekanan perasaan?

Lebih cepat kita ubah persepsi ini lebih baik buat kita semua.

Juga dilaporkan kira-kira 40 peratus daripada warga Malaysia akan menghadapi masalah kesihatan mental dalam tempoh hayat mereka dan tinjauan 2017 baru-baru ini oleh Kementerian Kesihatan mendapati 18,336 orang pada masa ini menderita tekanan perasaan di pelbagai peringkat berdasarkan imbasan kesihatan ke atas 273,203 individu.

Dari jumlah ini, 11,811 orang menderita tekanan perasaan ringan, 3,680 sederhana dan 1,682 tekanan perasaan teruk,

6. Pada saya ini bukan pengukur yang baik bagi negara kita.

Saya juga difahamkan pelbagai masalah kesihatan mental, mengikut kajian dan laporan terkini, berlaku dikalangan remaja dan belia di sekolah-sekolah seperti ketagihan internet, penggunaan dadah illicit, buli, penggunaan alkohol dan merokok, perlakuan seksual dan ponteng sekolah.

7. Kepada saya kajian saintifik seperti ini harus dijadikan “signal” atau tanda amaran berkaitan tahap kesihatan mental dikalangan remaja dan belia kita.

8. Kita tidak ingin melihat golongan remaja dan belia kita tersasar dan mengalami pelbagai masalah kesihatan mental dan psikologi menjelang dewasa dan masa tua.

9. Sebagai kerajaan yang bertanggungjawab kita perlu merancang, bukan sahaja dari segi perkhidmatan yang diperlukan, penjagaan dan lain-lain, malahan lebih dari itu seperti langkah-langkah pencegahan, intervensi awal, pembinaan resilience (jati diri) pengujudan “healthy future” dan sebagainya.

10. Apa yang saya ungkapkan ini bukanlah satu perkara yang mudah, tetapi saya percaya ianya boleh dilaksanakan dengan komitmen semua pihak – dari kerajaan, badan bukan kerajaan (NGO) dan masyarakat.

11. Pihak kerajaan terutama Kementerian Kesihatan Malaysia perlu meneliti kesihatan mental dari segi dasar.

Saya difahamkan Kementerian Kesihatan Malaysia memang ada Dasar Kesihatan Mental semenjak beberapa tahun.

Kita perlu melihat kembali setakat mana dasar ini telah dapat terlaksana dan jika perlu menyemak kembali Dasar Kesihatan Mental dari segala aspek.

12. Saya mengetahui hampir kesemua Universiti termuka di negara kita ada menjalankan pelbagai penyelidikan termasuk dalam bidang Kesihatan Mental.

Tetapi setakat mana yang telah dapat di laksana atau di kongsi bersama oleh semua pihak.

13. Memandangkan Kesihatan Mental adalah satu aspek yang penting dalam kehidupan harian kita, pendidikan kesihatan mental perlu di beri pendedahan seawal mungkin.

Pendidikan agama dan nilai perlu diterapkan bagi mencapai “ A Healthy Future” di dalam pentakrifan Malaysia sendiri.

14. Saya difahamkan ada cadangan untuk sebuah Institut Kesihatan Mental diwujudkan yang akan menjadi agensi utama di peringkat persekutuan dalam penyelidikan kesihatan mental.

Saya dimaklumkan misi Institut Kesihatan Mental ini adalah untuk mengubah pemahaman dan rawatan penyakit mental melalui penyelidikan yang asas dan klinikal, untuk memperkasakan program-program promosi dan pencegahan, rawatan, pemulihan dan latihan.

Ini mungkin sesuatu yang perlu dikaji.

15. Akhir kata saya ingin menasihatkan semua untuk menjaga kesihatan mental anda yang melibatkan emosi, psikologi, hati dan perasaan kita.

16. Ia juga mempengaruhi akal, perasaan dan tindakan dan juga membantu menterjemah bagaimana kita mengendalikan stress atau tekanan dalam kehidupan.

“MINDA SIHAT MEMBAWA BERKAT”

© Hak Cipta © 2018, Jabatan Perdana Menteri

Source: <http://tpm.jpm.gov.my/tpm/ms/node/68>