

UCAPAN DATO SERI DATIN PADUKA
DR. SITI HASMAH BTE. HAJI MOHD. ALI
DI MAJLIS PEMBUKAAN "BENGKEL MEROKOK ATAU
KESIHATAN" DI INSTITUT PENYELIDIKAN PERUBATAN
PADA HARI AHAD, 9HB. OKTOBER, 1983
PUKUL 9.00 PAGI

Terlebih dahulu saya mengucapkan berbanyak terima kasih atas kesudian pihak penganjur bengkel ini menjemput saya untuk berucap pada pagi ini. Sebagai seorang yang telah mendapat latihan dan pernah pula berkhidmat dalam bidang kesihatan, saya merasa amat sukacita dan berbesar hati, kerana mendapat kesempatan berada bersama-sama para doktor dan tuan-tuan serta puan-puan, yang sedang berusaha untuk membina masyarakat yang sihat dan bahagia.

2. Tabiat merokok telah dicap sebagai suatu malapetaka terhadap kehidupan manusia. Smoking has been termed "one of the greatest curse ever to have befallen Man". Para peserta yang menghadiri "World Conference on Smoking and Health" yang kelima, sebulat suara berpendapat bahawa "Smoking is the single most preventable man-made epidemic in the world". Saya rasa, tiada siapa pun yang berfikiran waras yang tidak bersetuju dengan pendapat ini, kerana sesungguhnya, merokok adalah suatu penyakit menular yang amat merbahaya, yang dicipta oleh manusia sendiri.

3. Kerajaan sendiri telah menyatakan pendirian yang tegas terhadap tabiat merokok. Syarat, supaya para pengusaha rokok mencetak ungkapan 'Merokok membahayakan kesihatan/ Smoking is hazardous to health' pada setiap bungkus rokok, adalah bukti pengesahan rasmi Kerajaan, bahawa merokok adalah perbuatan yang sangat merbahaya. Di samping itu, pegawai-pegawai Kerajaan telah diarahkan supaya tidak merokok di dalam pejabat dan di dalam bilik-bilik mesyuarat.

Adalah menjadi tugas kita semua, untuk memberikan sokongan yang positif, supaya kedua-dua langkah yang telah diambil oleh Kerajaan ini akan membawa hasil yang diharapkan. Kerajaan juga cukup sedar akan hubungan yang erat antara merokok dengan ketagihan dadah. Pihak PEMADAM telah mencapai kesimpulan, bahwa ketagihan dadah di kalangan anak-anak muda adalah bermula dari menghisap rokok.

4. Saya difahamkan bengkel pada hari ini bertujuan untuk merumuskan garis-garis panduan bagi melaksanakan kegiatan ke arah mewujudkan masyarakat yang tidak merokok. Garis-garis panduan ini bertujuan untuk mengurangkan bilangan orang dari mengamalkan tabiat yang menagih dan bahaya ini, khasnya golongan berumur 15-25 tahun; melengkapkan golongan yang tidak merokok dengan hak-hak yang melindungi mereka dalam masyarakat dan akhirnya, menggalakkan golongan yang merokok "long-term" memberhentikan tabiat yang "expensive" dan "not-so-cool" ini.

5. Saudara-saudara sekalian tentu sedia maklum, anak-anak kita yang masih muda dan mentah mudah sekali dipengaruhi oleh berbagai tabiat yang baik dan juga yang tidak baik. Kepercayaan bahawa merokok adalah suatu nikmat, merokok menggambarkan kedewasaan, merokok menjadikan orang lebih bergaya, merokok boleh menimbulkan apa yang disebut sebagai "macho appearance", adalah antara kepercayaan dan gambaran palsu yang mendorong dan merangsang anak-anak remaja kita menghisap rokok. Gambaran dan kepercayaan palsu dan karut ini mestilah dihapuskan.

6. Oleh itu, cita-cita dan usaha untuk mewujudkan "masyarakat yang tidak merokok", terutama sekali perlulah ditujukan kepada generasi muda. Dalam hal ini, saya rasa usaha untuk menerangkan kepada mereka bahawa setiap batang rokok mengandungi "tar" dan "nicotine" yang cukup tinggi dan membahayakan jantung dan paru-paru, adalah kerja yang mudah. Mereka boleh faham.

7. Kajian-kajian telah menunjukkan, sekiranya kita dapat menahan anak-anak dan para belia kita dari merokok sehingga mencapai umur antara 25-27 tahun, maka akan kurangnya kemungkinan mereka akan menjadi mangsa rokok, mangsa racun bahaya yang akan membinasakan hidup kita secara beransur-ansur tanpa kita sedari.

8. Memberi fahaman, penerangan dan kawalan kepada generasi muda tidak mencukupi. Sebaliknya, untuk memberikan kesan yang positif, ibubapa dan guru-guru perlu memberikan pengajaran dan asuhan anti-merokok menerusi teladan dari perbuatan sendiri. Perbuatan bukan saja dapat dilihat dengan nyata, tetapi juga - perbuatan ibu-bapa dan guru-guru terutamanya - sangat mudah menjadi ikutan anak-anak kita. Oleh itu, jika ibu-bapa dan guru-guru tidak ingin melihat anak-anak kita merokok, maka ibu-bapa dan guru-guru sendiri, setidak-tidaknya, elakkanlah dari merokok di hadapan mereka.

9. Selain daripada ibubapa dan guru-guru berusaha memandu generasi muda, "civic programmes" untuk mengajar murid-murid, golongan belasan tahun dan belia perlu di atur oleh Kementerian Kesihatan, PEMADAM, badan belia, persatuan pengguna, sekolah-sekolah, kesatuan sekerja, dan amat penting sekali, oleh media massa yang kuat mempengaruhi pembaca-pembacanya.

10. Beberapa tahun dahulu, saya terbaca dalam surat khabar mengenai kebanggaan seorang ibu atas kejayaan anak kecilnya berumur kurang daripada 7 tahun menghisap entah berapa batang rokok sehari. Berita ini disiarkan pula dengan gambar 'johan' kecil ini. Perbuatan ibu itu harus dikutuk. Saya bukan sahaja berasa geram dan marah kepada ibu yang tidak bertanggungjawab itu, tetapi juga kepada surat khabar yang menyiarkan berita dan gambar yang tidak akan mendatangkan faedah sedikitpun kepada orang ramai.

11. Saya percaya wakil-wakil agensi dan badan-badan yang saya sebutkan tadi telahpun atau akan mengatitkan rancangan sivik. Kita semua adalah bertanggungjawab kepada masyarakat. Oleh itu gunakanlah saluran-saluran yang ada untuk mempengaruhi golongan-golongan sasaran (target groups) ini dengan secara positif dan menanamkan amalan baik di kalangan mereka. Do something constructive and start the ball rolling when you return to your respective offices. Let this event, Ladies and Gentlemen, be an encouragement for other bodies to organise more campaigns of a similar nature.

12. Kumpulan yang kedua ialah orang-orang yang tidak merokok, dengan tujuan untuk menyedarkan mereka bahawa orang-orang yang tidak merokok mempunyai hak untuk menjaga diri masing-masing, supaya tidak mendapat penyakit yang diakibatkan oleh orang-orang yang merokok. Kita perlulah menyedarkan orang-orang yang tidak merokok, bahawa mereka juga akan mendapat bahaya kiranya mereka berdampingan atau sering berada bersama-sama dengan orang yang merokok.

13. Kajian telah menunjukkan bahawa "passive smokers" diserang oleh masalah kesihatan yang serupa dengan yang didapati oleh orang-orang merokok: penyakit-penyakit seperti bronchitis, athma, dan artherosclerosis juga menyerang mereka yang terpaksa menyedut asap rokok yang tebal di sekeliling mereka. Sungguhpun dalam masyarakat kita, jumlah orang yang tidak merokok jauh lebih ramai dari yang merokok, tetapi kehadiran sebilangan kecil penagih rokok adalah cukup untuk membahayakan kesihatan semua orang.

14. Kumpulan yang ketiga, iaitu kumpulan yang paling sukar hendak dihadapi iaitu orang-orang yang menjadikan merokok sebagai suatu tabiat atau suatu kemestian dalam kehidupan mereka sehari-hari. Untuk meminta golongan ini berhenti dari merokok amatlah sulit. Ada saja alasan yang mereka berikan, walaupun alasan-alasan itu tidak munasabah atau

tidak benar. Masih ada di antara golongan yang sudah ditawan oleh rokok ini, yang tidak begitu percaya bahawa merokok adalah merbahaya kepada kesihatan manusia.

15. Saya amat risau dan kesal atas bilangan ibu-ibu dan wanita yang merokok. Ada sebilangan besar yang sedar bahayanya merokok dan telah cuba melawan tabiat ini dengan mengurangkan dan akhirnya memberhentikan merokok. Sebahagiannya masih lagi mempertahankan dengan bersungguh-sungguh bahawa merokok tidak membahayakan kesihatan mereka dan kandungan mereka, biarpun bertahun-tahun merokok.

16. Kumpulan sasaran yang ketiga ini perlulah kita hadapi dengan sungguh-sungguh dan bijaksana, kerana merekalah yang membawa dan yang mengembangkan tabiat yang buruk dan merbahaya ini.

17. Mungkin kita perlu berkempen supaya orang-orang yang menagih dan menghisap rokok, merokok di tempat yang "private". Semua kawasan am sepatutnya dijadikan kawasan larangan merokok dan undang-undang diadakan untuk mengenakan denda atas sesiapa yang melanggar undang-undang itu. Banyak lagi "decentives" boleh dikenakan supaya orang ramai sedar bahawa merokok pada akhirnya merugikan mereka sendiri.

18. Saya mengucapkan setinggi-tinggi tahniah kepada Jawatankuasa Action On Smoking Or Health yang telah mengambil dayausaha menyelenggarakan bengkel ini. Ucapan tahniah dan terima kasih juga kepada Environment Protection Society of Malaysia, Federation of Malaysian Consumers Association, Public Health Society, National Cancer Society, Adventist Health Education Service dan National Heart Association yang ikut sama menjayakan bengkel yang penting ini.

19. Saya benar-benar berharap, "Bengkel Merokok atau Kesihatan" ini, akan merupakan satu lagi titik permulaan ke arah tindakan yang lebih teratur, terancang dan berterusan. Cita-cita "ke arah masyarakat yang tidak merokok" tidak seharusnya menjadi tema bengkel ini saja; tetapi ia perlu menjadi matlamat dan komitmen kepada seluruh anggota masyarakat yang tidak merokok. Kita mesti bergerak dan bekerja terus menerus. Kita mesti menarik lebih banyak persatuan dan institusi sosial untuk bergerak bersama-sama kita, demi untuk kesejahteraan kita bersama. Usaha menyedarkan masyarakat bahawa merokok adalah merbahaya, dan usaha menghalang anak-anak kita supaya tidak terjerumus kepada perbuatan yang merbahaya ini, mestilah berjalan bukan untuk satu jam, satu hari, satu minggu, satu bulan atau satu tahun sahaja, tetapi untuk sepanjang masa.

20. Kita perlulah berusaha menanam sikap supaya orang ramai benci kepada rokok. Dan usaha ini perlulah bermula dari rumahtangga kita sendiri, bermula dari tempat kerja kita sendiri, dengan menjadikan perbuatan tidak merokok suatu amalan yang mulia dan membanggakan. Usaha ini memerlukan pengorbanan masa dan tenaga dan juga keberanian hati untuk menegur dan menasihati rakan-rakan sejawat, rakan-rakan sosial dan keluarga sendiri. Kerap kali kerana ingin berbahasa dan tidak mahu mengecilkan hati orang, kita membiarkan atau sanggup berkata "tidak mengapa merokok" sungguhpun kita benci merokok dan tidak mahu asap rokok itu dekat kepada kita.

21. Usaha-usaha mencegah masyarakat merokok amat sulit dan sukar. Tetapi jika kita semua ikut memainkan peranan masing-masing, Insya-Allah peratus orang yang menghisap rokok akan bertambah kurang dari semasa kesemasa.

22. Bagi mengakhiri ucapan ini, saya doakan semoga bengkel ini berjaya merumuskan garis-garis panduan, yang sesuai digunakan oleh semua pihak, dalam usaha mewujudkan

masyarakat yang tidak merokok, iaitu masyarakat yang sihat dan bahagia. Dengan doa ini saya dengan sukacitanya merasmikan pembukaan "Bengkel Merokok atau Kesihatan" ini.

Terima kasih.
