

UCAPAN YANG AMAT BERBAHAGIA  
DATO SERI DATIN PADUKA  
DR. SITI HASMAH BTE HJ. MOHD. ALI  
DI UPACARA PELANCARAN RASMI 'MINGGU TANPA  
MEROKOK', DI HOSPITAL UNIVERSITI  
KUALA LUMPUR, PADA HARI SELASA  
1HB. NOVEMBER, 1988  
PUKUL 10.00 PAGI

2) Yang Berbahagia Toh Puan Dr Hajjah Aishah  
Ong, Pengerusi Lembaga Pengarah Hospital  
Universiti;

2) YB. Dato Pathmanaban, T/Pentiri Kes.

3) Yang Berbahagia Dr. Syed Mahmood Syed  
Hussain, Presiden Persatuan Perubatan  
Malaysia;

4) Y.Bhg. Dato Dr. Gummukh Singh, Pengerusi H. Hosp. Umi  
Dif-Dif Kehormat;

Pelayan 2

Puan-puan dan Tuan-tuan sekalian,

Assalamualaikum dan Selamat Pagi.

Saya bersyukur ke hadrat Allah Subhanahu Wataala kerana dengan berkat limpah kurnianya dapat kita bertemu sekali lagi di kempen tanpa merokok pada pagi ini. Terima kasih kepada pihak penganjur di atas jemputan mereka kepada saya bagi merasmikan pelancaran kempen kebangsaan 'Minggu Tanpa Merokok 1988' pagi ini.

2. Saya ingin mengucapkan syabas dan tahniah kepada semua persatuan yang mengambil bahagian dan berusaha dalam kempen tanpa merokok kali ini dan juga kepada pihak Universiti Hospital yang telah menganjurkan upacara pelancarannya. Berpandu kepada kejayaan kempen 'Hari Tanpa Merokok' pada bulan November 1986 kini puan-puan dan tuan-tuan telah melancarkan 'Minggu Tanpa

...Merokok/-



Merokok' pula. Saya difahamkan kempen ini akan dijadikan upacara tahunan. Semoga kempen tanpa merokok ini akan mencapai kejayaan seperti yang diharapkan.

Para hadirin sekalian,

3. Pertubuhan Kesihatan Sedunia (WHO) telah mengisytiharkan bahawa rokok ialah epidemik utama yang dicipta oleh manusia sendiri yang boleh dicegahkan. Lebih daripada 2.5 juta orang setahun akan mati diserang oleh penyakit-penyakit yang disebabkan oleh rokok. Selain pada itu amalan merokok merosakkan rupa wajah seseorang. Rambut dan kulit kurang cantik, gigi jadi kuning dan nafas berbau. Merokok mengakibatkan lebih kedut-

...kedut/-

kedut di muka dan seseorang itu hilang keupayaan merasa dan menghidu.

4. Orang-orang yang merokok akan terganggu kesihatan mereka kerana asap rokok mengandungi karbon monoksid (carbon monoxide) dan tar. Mereka yang merokok akan merasa cepat letih dan tidak cukup stamina. Rokok tidak sesuai bagi seseorang yang sukakan sukan dan senaman kerana merokok menyebabkan mereka kekurangan kesegaran jasmani. Ramai ahli sukan terkenal dari seluruh dunia termasuk Pat Cash, Daley Thompson dan Mokhtar Dahari telah bercakap mengenai keburukan merokok. Saya harap ramai lagi personaliti-personaliti sukan di tanahair akan bercakap menentang amalan merokok.

...Tabiat/-

Para hadirin sekalian

5. Tabiat merokok membazirkan wang kita. Kalau seseorang itu merokok sebungkus sehari, dia akan membelanjakan lebih kurang \$60 sebulan atau lebih \$700 setahun. Wang sebanyak itu tentu boleh digunakan bagi amalan atau benda yang lebih berfaedah. Saya menyeru kepada mereka yang merokok supaya memberhentikan amalan yang membazir ini. 'Bebaskan Diri Anda' dari merokok. Inilah tema kempen kita pada kali ini.

6. Merokok bukanlah tanda kebebasan kerana kebanyakan orang yang merokok bergantung kepada nikotin. Para saintis berpendapat bahawa rokok dan nikotin ialah satu jenis dadah dan merokok boleh menjadi punca

...penyalah-gunaan/-

penyalah-gunaan dadah di kalangan remaja. Kalau kita benar-benar hendak membenteras penyalahgunaan dadah kita mestilah melarang anak-anak muda dari merokok.

7. Rokok juga mendatangkan akibat yang buruk kepada orang yang tidak merokok. Mereka terpaksa menyedut asap daripada rokok yang sedang membakar dan asap 'second hand' yang dikeluarkan oleh penghisap rokok di sekeliling kita – di tempat kerja, tempat makan, tempat hiburan dan di lain-lain tempat lagi. Kesihatan seseorang yang tidak merokok terutama ibu-ibu yang mengandung, kanak-kanak dan pesakit-pesakit lelah, alergi, jantung dan paru-paru dibahayakan oleh penghisap rokok. Kita merayu kepada orang-orang yang merokok untuk bertimbang rasa dan sebelum

...merokok/-

Kalau lah dikatakan sebagai  
pebuatan yg di lakukan adalah  
hak individu, maka kami yg  
tidak meeshoh, yg ingin tidak  
berbau asap rokok atau menghindari  
asap rokok sama ~~kehadiran~~ juga  
menuntut hak kami untuk  
dicegah dari bahaya, asap rokok

merokok memikirkan kesihatan dan keselamatan orang-orang yang tidak merokok.

8. Saya harap majikan-majikan panggung wayang, tempat-tempat hiburan, restoran dan hotel dapat khaskan 'seksyen tidak merokok' bagi faedah kesihatan dan keselesaan pelanggan-pelanggan serta kakitangan mereka yang tidak merokok. Kemudahan seperti ini telah menjadi perkara biasa di kebanyakan negara di Barat. Saya percaya penduduk Malaysia akan menghargai kemudahan seperti ini.

Para hadirin sekalian,

9. Saya percaya kempen 'Hari Tanpa Merokok' yang lalu telah menyedarkan orang ramai

...terhadap/-

terhadap bahayanya merokok. Ramai penghisap rokok telah memberhentikan tabiat mereka. Ada yang telah mula mengambil bahagian dalam sukan, senaman dan bermacam lagi permainan di dalam dan luar gelanggang. Ini adalah petanda baik dan menunjukkan bahawa orang ramai sekarang memberi kepentingan kepada kesihatan mereka. Jadi pihak Kerajaan dan sektor swasta harus memainkan peranan mereka bagi memenuhi kehendak orang ramai. Dalam hal ini saya ingin mengucapkan penghargaan kepada Kerajaan yang telah mengistiharkan bahawa 'Merokok Membahayakan Kesihatan' dan melarang kakitangannya dari merokok semasa bertugas di dalam pejabat. Di kotak-kotak rokok pula dimasukkan amaran oleh Kerajaan bahawa merokok itu membahayakan kesihatan. Iklan-iklan rokok, walaupun dibenar disiarkan

...di media/-

di media massa tidak boleh menunjukkan seseorang itu merokok. Kerajaan telahpun bertindak. Sekarang terpulanglah kepada pihak swasta dan orang-orang individu untuk bertindak pula.

10. Akhir kata, saya yakin 'Minggu Tanpa Merokok' ini akan disokong oleh orang ramai dan berharap kempen ini akan berjaya membawa masyarakat ke arah generasi yang sihat, segar dan cergas. Dengan itu *keyakinan* maka saya dengan rasminya melancarkan kempen 'Minggu Tanpa Merokok' ini.

Sekian, wabillahi taufik walhidayah,  
wassalamu alaikum warahmatullahi wabarakatuh.

7.90  
79  
7.01

7.20  
18  
721  
3600  
\$108.10¢