

Penyampai : DATIN SERI DR. SITI HASMAH BINTI HAJI MOHD. ALI  
Tajuk : PERASMIAN SEMINAR 'WANITA DAN KESIHATAN'  
Lokasi : AUDITORIUM INTAN KAMPUS UTAMA BUKIT KIARA, JLN DAMANSARA, KL  
Tarikh : 26-09-1987

Yang Berbahagia Puan Sri Habsah bte Hj. Nasir, Pengerusi PUSPANITA;

Dif-dif Kehormat;

Para peserta Seminar;

Puan-puan dan tuan-tuan yang dihormati sekalian.

Assalamu alaikum warahmatullahi wabarakatuh dan salam sejahtera.

Setelah bersara lapan tahun sebagai Pegawai Kesihatan dan Latihan, saya sungguh gembira menerima jemputan PUSPANITA ini kerana ia memberi peluang kepada saya untuk berjumpa dengan para peserta serta berucap mengenai perkara yang dekat di hati saya, iaitu 'Wanita dan Kesihatan'. Oleh itu saya mengucapkan ribuan terima kasih kepada PUSPANITA di atas jemputannya ini dan ingin memaklumkan bahawa saya akan menyentuh banyak perkara mengenai kesihatan dalam ucapan saya ini. Namun demikian, memandangkan penceramah- penceramah jemputan akan membentangkan kertas-kertas kerja mengenai kesihatan, serta masalah-masalah yang berkaitan dengannya, saya ingin menarik perhatian semua kepada beberapa perkara yang saya anggap penting dalam mencapai kesejahteraan hidup bagi diri, keluarga dan negara kita.

2. Memang sudah menjadi kebiasaan kepada manusia untuk tidak menghargai sesuatu yang baik sehingga ianya menjadi buruk. Begitu juga dengan sikap manusia terhadap kesihatan, mereka kurang memberi perhatian terhadap kesihatan sehinggalah kesihatan itu terganggu. Saya difahamkan bahawa tujuan Seminar ini ialah untuk memberi kesedaran dan petunjuk tentang beberapa aspek kesihatan kepada para peserta. Kesedaran ini adalah satu perkata yang penting.

Wanita yang beraspirasi tinggi yang ingin mencapai kejayaan dan kebahagiaan hidup mesti sedar dan insaf bahawa asas kejayaan dan kebahagiaan ini ialah kemampuan tubuh badan, pemikiran, perasaan, dan pergaulan dan kesanggupan menerima segala cabaran dan masalah yang tentu sekali kita lalui dalam liku-liku hidup seharian. Tentu sekali tubuh badan yang sihat dan pemikiran yang tenang boleh berinteraksi dengan wajarnya tanpa gangguan kepada kesihatan.

Puan-puan dan tuan-tuan,

3. Lima puluh peratus penduduk Malaysia terdiri daripada kaum wanita dan 23.5% ialah wanita dalam lingkungan umur reproduktif iaitu subur dan mempunyai potensi untuk menyumbangkan tenaga secara produktif dan berkesan kepada pembangunan negara. Kesihatan wanita tidak boleh dipisahkan daripada pembangunan negara. Ini adalah kerana negara memerlukan wanita yang sihat untuk pembangunan sosial dan ekonomi, khususnya dalam penggunaan sumber-sumber asli yang sedia ada dan semua kemajuan sains yang sedia tercipta.

Wanita yang sihat juga penting agar mereka mendapat faedah sepenuhnya seperti pendidikan dan segala bentuk kemewahan dan kemajuan yang dibawa oleh pembangunan.

4. Mengapakah kesihatan wanita perlu diberi tekanan yang penting? Adalah penting bagi kita menyedari bahawa: - kesihatan ialah suatu keperluan asas.

- keadaan kesihatan wanita di negara-negara membangun adalah membimbangkan. Malaysia masih lagi negara ke-4 tinggi dalam kematian ibu-ibu bersalin.

- wanita yang sihat boleh memberi sumbangan yang lebih berkesan kepada keluarga dan masyarakat -

peningkatan taraf kesihatan wanita mencerminkan kemajuan pembangunan.

- wanita secara tradisi telah mengambil tanggungjawab bukan sahaja menjaga kesihatan diri sendiri bahkan kesihatan anak-anak, ahli-ahli keluarga, masyarakat, dan generasi yang akan datang.

- tanpa perhatian kepada kesihatan wanita, usaha-usaha ke arah 'Kesihatan Untuk Semua' tidak akan tercapai.

5. Wanita memainkan peranan istimewa dalam kesihatan khususnya sebagai penyambung zuriat. Setiap wanita mestilah berusaha menjaga kesihatan dirinya dan sentiasa dalam keadaan sihat supaya dapat melahirkan anak yang sihat dan memberi jagaan dan pendidikan yang sempurna. Kini sudah menjadi amalan tradisi bahawa penjagaan kesihatan anak-anak, ahli-ahli keluarga serta masyarakat dipertanggungjawabkan kepada wanita sebagai ibu, isteri, nenek, ibu mertua, kakak kepada adik-adik, anak kepada ibu bapa ataupun sebagai jiran dan sahabat. Selain daripada mereka jururawat, bidan kerajaan dan bidan-bidan kampung juga memainkan peranan penting dalam penjagaan kesihatan wanita dan keluarga mereka.

Puan-puan dan tuan-tuan,

6. Wanita sebagai ibu dalam unit keluarga menghadapi berbagai cabaran dalam penyesuaian diri dan masa untuk menjalankan peranannya sebagai pengurus rumahtangga, penjaga keselamatan, kesihatan, pemakanan, keharmonian keluarga dan lain-lain. Tambahan kini, bilangan wanita yang berusaha dalam kegiatan-kegiatan ekonomi dan melibatkan diri dalam kegiatan sosial kian meningkat. Ini ialah satu petunjuk yang menggalakkan kerana ianya menunjukkan bahawa proses pembangunan dan kemajuan telahpun melibatkan wanita dan secara tidak langsung telahpun meninggikan taraf wanita.

7. Wanita bernasib baik kerana taraf dan sumbangan mereka dalam pelbagai aspek pembangunan diberi pengiktirafan dan penghargaan yang sewajarnya di negara ini. Kesan-kesan integrasi wanita dalam pembangunan negara sudahpun dapat dilihat. Nikmat ini tidak dapat dirasai oleh ramai wanita lain khususnya di negara-negara yang sedang membangun seperti yang dinyatakan dalam Laporan Bangsa-Bangsa Bersatu dalam dokumen 'Wanita, Pembangunan dan Kesihatan'. Dalam dokumen ini antara lain disebutkan bahawa keperluan kesihatan wanita sendiri telah diabaikan, sumbangan wanita kepada pembangunan tidak diiktirafkan dan keadaan mereka bekerja tidak dihiraukan. Perkara ini telah diperkenalkan oleh badan-badan antarabangsa termasuk Pertubuhan Bangsa-Bangsa Bersatu, dan Pertubuhan Kesihatan Sedunia sebagai perkara utama yang memerlukan tindakan segera.

Puan-puan dan tuan-tuan,

8. Di sini saya suka tegaskan bahawa tibalah masanya untuk masyarakat sendiri khususnya wanita mengambil tanggungjawab yang lebih dalam mengetahui dan mengamalkan prinsip-prinsip asas penjagaan kesihatan seperti yang dihasratkan oleh Pertubuhan Kesihatan Sedunia dalam matlamat 'Kesihatan Untuk Semua' menjelang tahun 2000 dan yang telah disokong oleh Persidangan Wanita Antarabangsa dalam Dekad Wanita. Ke arah ini, saya mengucapkan tahniah kepada PUSPANITA kerana mengambil inisiatif mengadakan Seminar ini yang saya percaya akan dapat membantu wanita memperbaiki taraf kesihatan mereka.

9. Banyak badan-badan kesihatan antarabangsa telah membuktikan bahawa pendidikan kesihatan bagi wanita adalah faktor utama dalam meninggikan taraf kesihatan masyarakat serta menurunkan lagi kadar kematian wanita, bayi dan kanak-kanak. Dengan ini, saya berharap lebih banyak lagi pertubuhan-pertubuhan wanita mengambil peranan sebagai badan penyebar maklumat kesihatan kepada ahli-ahlinya serta wanita amnya. Dalam usaha ini, saya menyeru kepada pertubuhan-pertubuhan wanita membantu mereka yang kurang bernasib baik dan yang berpendapatan rendah di luar bandar dan juga di kawasan-kawasan mundur di dalam bandar, supaya penjagaan kesihatan asas dapat dinikmati dan dijamin oleh semua lapisan masyarakat.

Puan-puan dan tuan-tuan,

10. Masa untuk hidup bagi setiap insan adalah terhad. Masa sentiasa berjalan dan dengan itu sel-sel dalam otak dan tubuh badan bertukar setiap detik dan kita semakin tua.

Tugas-tugas kita terlalu banyak dan sekiranya kita pandai mengaturkan tugas-tugas ini dengan baik, kita tidak akan menempuhi keadaan tergesa-tergesa dan terdesak sehingga tidak dapat memenuhi kewajipan-kewajipan seharian.

11. Oleh itu kita hendaklah berusaha dari sekarang untuk mengutamakan kesihatan supaya kewajipan kita sebagai isteri, ibu, pemimpin, pegawai dan sebagainya terlaksana dengan sempurna.

Puan-puan dan tuan-tuan,

12. Saya mengakhiri ucapan saya ini dengan beberapa soalan untuk renungan kita bersama: i. Are you having an annual check-up? ii. If so, when was the last one, including PAP smear & breast examination? iii. Have you ever had a dental and eye check-up? iv. How much do you spend on slimming diets and body trimming classes? v. How often do you attend Fitness Classes? vi. How often do you exercise? vii. How much priority do you give to your health? viii. How often do you get up in the morning, fresh and healthy, saya "Syukur" I'm still alive!!".

Sekian, terima kasih