

<https://news.usm.my>

Berita Mutakhir

02
AUG

PENGGUNA DINASIHATI BERHATI-HATI GUNA HERBA



KOTA BHARU, KELANTAN, 2 Ogos 2016 - Orang ramai perlu memastikan produk herba yang hendak digunakan telah dibuat kajian secara menyeluruh dan dipastikan selamat untuk diguna dengan dos dan cara penggunaan yang betul.

"Jangan sesekali membuat andaian bahawa kerana herba adalah bahan semulajadi, maka ia adalah selamat," kata Pensyarah Kanan Perubatan Farmakologi, Pusat Pengajian Sains Kesihatan, Universiti Sains Malaysia (USM), Dr. Wan Amir Nizam Wan Ahmad ketika bercakap dalam program Doktor di Radio di sini.

Herba adalah tumbuh-tumbuhan yang mempunyai nilai dari segi perubatan, khasiat makanan dan baunya. Berdasarkan laporan dari Pertubuhan Kesihatan Sedunia (WHO), terdapat lebih kurang 20,000 jenis herba di 91 buah negara termasuk 12 negara yang mempunyai kepelbagaian biodiversiti mega.

Menurut Wan Amir Nizam, herba digunakan secara meluas dalam masakan, perubatan dan kecantikan.

"Tumbuhan herba yang digunakan dalam perubatan terdiri daripada pokok herba atau pokok renek dan mana-mana bahagian pokok herba, termasuk buah boleh digolongkan sebagai herba.

"Kini hampir setiap orang menggunakan herba. Ia mungkin dalam produk siap berasaskan herba, rempah ratus atau makanan harian," jelasnya.

Tambahnya, kadang-kadang pengguna tidak sedar apa yang sedang digunakan atau dimakan turut mengandungi herba.

"Walaupun herba memang bermanfaat untuk kesihatan dan kecantikan, ia juga boleh memudaratkan seandainya diproses atau digunakan secara salah dan sekiranya ia digunakan secara betul, herba boleh membantu dalam menyembuhkan pelbagai masalah.

"Akan tetapi dalam sesetengah keadaan, ia boleh menyebabkan banyak kesan tidak baik (adversif) berbanding dengan ubatan konvensional," ujarnya lagi.

Jelas Wan Amir Nizam, sesetengah herba juga tidak sesuai digunakan oleh pesakit yang mempunyai masalah perubatan tertentu yang boleh reaksi alergi, alahan atau boleh berinteraksi secara mudarat dengan ubatan konvensional.

"Di samping itu, herba boleh menjadi racun jika digunakan secara tidak wajar atau pada dos yang tinggi atau berlebihan.

"Produk herba juga kerap dilabelkan dengan salah dan berkemungkinan mengandungi bahan tambahan dan bahan cemar yang tidak disenaraikan dalam label," katanya.

Wan Amir Nizam turut menasihatkan orang ramai yang ingin mencuba sesuatu produk agar mengesahkan produk tersebut telah berdaftar dengan Kementerian Kesihatan Malaysia atau menyemak maklumat lanjut tentang perkara ini dengan melayari laman BPFK iaitu www.bpfk.gov.my (<http://www.bpfk.gov.my>).

Teks/Foto: Wan Mohd Rashidi Wan Mood



Share This

Pusat Media dan Perhubungan Awam / Media and Public Relations Centre

Level 1, Building E42, Chancellory II, Universiti Sains Malaysia, 11800 USM, Pulau Pinang Malaysia

Tel : +604-653 3888 | Fax : +604-658 9666 | Email : pro@usm.my (<mailto:pro@usm.my>)

Laman Web Rasmi / Official Website : [Universiti Sains Malaysia](http://www.usm.my) (<http://www.usm.my>)

[Client Feedback / Comments](http://web.usm.my/smbp/maklumbalas.asp) (<http://web.usm.my/smbp/maklumbalas.asp>) | USM News Portal. Hakcipta Terpelihara USM 2015