

(<https://news.usm.my>)

Berita Mutakhir

11  
OCT

## SETIAP INDIVIDU BERISIKO MENGALAMI MASALAH KESIHATAN MENTAL



KUBANG KERIAN, 10 Oktober 2016 - Satu daripada tiga rakyat Malaysia bermasalah mental sebagaimana kenyataan yang dikeluarkan oleh Menteri Kesihatan Malaysia baru-baru ini amat membimbangkan. Apatah lagi apabila stigma negatif masyarakat terhadap masalah kesihatan mental menyebabkan pesakit malu untuk mendapatkan rawatan awal di klinik psikiatri.

Setiap tahun, seluruh dunia mengadakan sambutan Hari Kesihatan Mental bagi memberikan kesedaran kepada seluruh masyarakat tentang penyakit serta perawatan kesembuhan penyakit mental. Bertemakan 'Psychology First Aid For All', Kampus Kesihatan Universiti Sains Malaysia (USM) turut mengadakan sambutan Hari Kesihatan Mental 2016.

Menurut Ketua Jabatan Psikiatri, Pusat Pengajian Sains Perubatan, Hospital Universiti Sains Malaysia (HUSM), Dr. Asrenee Ab Razak, sambutan Hari Kesihatan Mental peringkat Kampus Kesihatan diadakan bertujuan untuk memberikan kesedaran kepada masyarakat berkenaan masalah kesihatan mental.



"Setiap daripada kita berisiko mengalami masalah kesihatan mental dan antara tanda-tanda gejala tersebut adalah susah untuk tidur, kemurungan, stress, tidak boleh memberikan tumpuan, perubahan tingkah laku sehingga melakukan aktiviti berisiko dan lain-lain lagi yang mungkin tidak disedari bahawa apa yang dialami itu adalah akibat masalah kesihatan mental.

Masyarakat seringkali melabelkan individu yang mengalami masalah berkaitan mental sebagai pesakit mental dalam erti kata lain 'gila' sedangkan hakikatnya masalah kesihatan mental sama seperti masalah kesihatan lain yang jika dirawat boleh disembuhkan dan perawatan bukan hanya dengan mengambil ubat semata-mata," ujar beliau.

Menurut Asreene, di Klinik Psikiatri HUSM, setiap minggu seramai 240 orang yang menghadapi masalah kesihatan mental datang mendapatkan rawatan, kaunseling serta pemulihan dan mereka terdiri daripada pelbagai latar belakang serta 150 pesakit sebulan bagi kategori kanak-kanak termasuk bayi berusia seawal dua tahun yang mengalami masalah lambat bercakap, autisme, ponteng sekolah dan sebagainya.



"Selari dengan tema pada tahun ini, HUSM telah menjalankan bengkel latihan 'Bantuan Kecemasan Psikologi' sejak tahun 2015 secara bersiri untuk memberi pendedahan kepada peserta dalam bantuan kecemasan psikologi dan dapat membantu menyebarkannya kepada masyarakat agar pandangan, stigma dan imej pesakit yang mengalami masalah kesihatan mental dapat diperbetulkan.

"Pengetahuan dan kemahiran dalam bantuan kecemasan psikologi adalah sebahagian daripada usaha jangka panjang untuk memastikan mereka yang mengalami masalah kesihatan mental menerima bantuan asas pada peringkat awal lagi," ujar beliau semasa majlis Perasmian Sambutan Hari Kesihatan Mental peringkat Kampus Kesihatan hari ini.

Teks: Lailatul Hafiza Abdul Rashid / Foto: Mohd Ridzuwan Ramly



Share This

