

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

Berita Mutakhir

19 OCT

BALANCE AWARENESS DAY BERI PENDEDAHAN TENTANG MASALAH DAN RAWATAN KESEIMBANGAN BADAN



KUBANG KERIAN, Oktober 2016 – Setiap sistem di dalam tubuh manusia memainkan peranan yang penting dalam memastikan keseimbangan badan yang normal dan optimum.

Oleh itu, setiap individu hendaklah mempunyai gabungan sistem pancaindera lain yang normal melibatkan otak, organ vestibular, mata, deria somatosensori dan deria proprioepsi.

Penyakit pening dianggap perkara remeh oleh kebanyakan individu. Ramai di antara kita yang tidak mengetahui kepeningan yang dihadapi adalah disebabkan oleh gangguan keseimbangan badan.

Gangguan keseimbangan badan menyebabkan seseorang merasa goyah, berpusing, pening atau memiliki sensasi gerakan, berputar atau berasa terapung.

Menurut Pengarah Projek yang juga Pensyarah Kanan Program Audiologi, Pusat Pengajian Sains Kesihatan (PPSK), Universiti Sains Malaysia (USM), Dr. Zuraida Zainun, inisiatif untuk mengadakan 'Balance Awareness Day' atau Hari Keseimbangan Badan ini adalah untuk memberikan pendedahan kepada masyarakat sekitar tentang ketidakseimbangan badan atau dalam bahasa mudahnya pening.

"Ramai di kalangan kita yang menghadapi masalah keseimbangan badan dan terdapat beberapa keadaan atau penyakit yang boleh menyebabkan gangguan keseimbangan badan iaitu masalah telinga di mana bahagian telinga dalam menyumbang kepada hampir setengah daripada kes pening yang berpanjangan, stres, masalah yang berkaitan kesihatan contohnya tekanan darah rendah, masalah jantung dan ada juga tidak diketahui punca yang menyebabkan kepeningan.

Antara simptom masalah keseimbangan badan adalah berasa pening, keliru dengan keadaan sekeliling, merasa berputar atau seolah-olah seperti di dalam bot, terasa hendak pingsan, penglihatan kabur, mual, perubahan kadar degupan jantung dan juga panik.

"Pada hari ini, semua yang hadir boleh membuat ujian keseimbangan badan yang disediakan secara percuma dan jika mereka menghadapi masalah, mereka akan terus dirujuk kepada pakar di Klinik Keseimbangan Badan tanpa perlu ke klinik rawatan seperti mana prosedur biasa," tambah beliau.

Menurut Zuraida, Hari Keseimbangan Badan memberikan kesedaran kepada semua bahawa rawatan masalah keseimbangan badan atau penyakit pening ini bukan hanya bergantung kepada ubat semata-mata tetapi perlu ada terapi latihan yang dinamakan Bal Ex.

Secara umumnya cara rawatan adalah berbeza mengikut diagnosis, dengan rawatan terbahagi kepada tiga iaitu pengambilan ubat, latihan fizikal (Bal-Ex) dan 'maneuver positioning' iaitu pesakit perlu menjalani pergerakan fizikal yang spesifik dan biasanya dilakukan oleh doktor pakar telinga hidung dan tekak.

Program yang dianjurkan oleh Unit Keseimbangan, Program Audiologi PPSK ini bakal menjadi acara tahunan bagi mempromosikan program-program kesihatan kepada komuniti sekitar.

Turut diadakan adalah pelancaran dan pendaftaran ahli Kumpulan Sokongan Pesakit Pening Malaysia yang mengumpulkan para perawat, pesakit serta bekas pesakit pening di seluruh negara.

Pelbagai aktiviti diadakan sempena program satu hari ini iaitu penerangan kesihatan, praktikal penjagaan kesihatan, pemeriksaan kesihatan, pemeriksaan keseimbangan badan, pemeriksaan pendengaran, pertandingan mewarna kanak-kanak serta jualan amal.

Tek & Foto: Lailatul Hafiza Abdul Rashid



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