

HEPATITIS B

Oleh: Norziyana Ibrahim

Hepatitis bermaksud keradangan hati yang lazimnya menyebabkan hati membengkak. Kadangkala ia membawa kerosakan hati yang berkekalan. Pembawa kuman hepatitis B yang kronik mempunyai 200 kali ganda risiko untuk mendapat kanser hati berbanding dengan mereka yang normal.

Bagaimana Virus Hepatitis B Merebak?

Virus Hepatitis B terdapat di dalam cecair badan mereka yang dijangkiti penyakit hepatitis B seperti darah, air liur, air mani, rembesan dari faraj, air mata, mukus, air kencing dan juga susu badan. Walau bagaimanapun, kebanyakan jangkitan adalah disebabkan oleh pemindahan darah yang mengandungi virus. Penyakit ini boleh merebak melalui: Sentuhan dengan darah orang yang dijangkiti melalui:

- Pemindahan darah, hemodialisis.
- Berkongsi jarum suntikan, pisau cukur, berus gigi.
- Kecederaan terutamanya kepada staf perubatan (seperti tercucuk jarum, terkena percikan darah ke mata atau ke tempat luka).
- Membuat tatu, akupunktur, elektrolisis dan menindik telinga.
- Daripada ibu kepada anak ketika hamil.
- Hubungan seks.

Tanda dan Gejala

- Jaundis (warna kulit dan mata kekuningan)
- Demam
- Sakit-sakit badan (sendi dan otot)
- Keletihan dan lemah
- Hilang selera makan
- Loya dan muntah



Pencegahan

Terdapat vaksin yang dapat melindungi anda dari jangkitan Hepatitis B. Vaksin Hepatitis B diberi secara suntikan sebanyak 3 kali dalam tempoh 6 bulan untuk memberi perlindungan sepenuhnya.

1. Suntikan pertama
2. Suntikan kedua - selepas 1 bulan
3. Suntikan ketiga - selepas 6 bulan

Kesan sampingan vaksin: kesakitan di sekitar tempat suntikan, sakit kepala, kelesuan dan demam.

- Imunisasi untuk penyakit Hepatitis B diberi selepas kelahiran.
- Suntikan yang diberikan kepada bayi yang baru lahir secara rutin merupakan strategi penghapusan primer untuk Hepatitis B. Bayi yang lahir dari seorang ibu yang menjadi pembawa virus Hepatitis B akan diberi antibodi Hepatitis B dan juga suntikan vaksin selepas dilahirkan.
- Semua penderma darah akan disaring secara rutin untuk penyakit Hepatitis B untuk memastikan darah yang didermakan itu selamat untuk digunakan.
- Jika anda tidak mendapat imunisasi Hepatitis B semasa dilahirkan dan anda terdedah kepada risiko untuk mendapat jangkitan tersebut, dapatkan ujian darah. Suntikan vaksin boleh diberi jika anda belum lagi imun.

Komplikasi

Pengidap Hepatitis B berisiko untuk mendapat komplikasi berikut:

- Sirosis hati (penyakit kronik yang berlaku secara perlahan-lahan di mana sel hati dimusnahkan secara beransur-ansur).
- Kanser hati.

PUSAT KESIHATAN UITM

Tel: 03-55443833

Fax: 03-55443634

Web: www2.uitm.edu.my/hep/pks

SIDANG REDAKSI

Penasihat:

Dr Zaiton Nasir

Ketua Editor:

Dr Dzulkifli Sahlan

Penolong Ketua Editor:

Khairul Anam Mokhtar

Setiausaha:

Azrina Mohd Mokhtar

Penulis:

Dr Nik Kamarudin Nik Nor

Dr Ernie Rozaini Sulaiman

Dr Hafizan Hamzah

Dr Sapura Zaleha Yusof

Dr Yusri Salleh

Norziyana Ibrahim

Fotografi:

Erazni Omar

Mohd Amir Arshad

Edaran:

Mohd Fitri Minhaj@Mihat

ANUGERAH "EMPLOYEE OF THE MONTH" PUSAT KESIHATAN



MAC 2009

SN Wan Rozaida Mazlina



April 2009

SN Razimah Abd Ghani



Mei 2009

En Roslan Mat

HANSEN'S DISEASE. APA YANG ANDA TAHU?

Oleh: Dr Ernie Rozaini Binti Sulaiman



Tidak ramai yang tahu atau sekurang-kurangnya pernah mendengar mengenai Hansen's Disease. Tahukah anda ia hanyalah satu nama lain bagi penyakit kusta yang begitu digeruni dan nama Hansen diambil sempena nama individu G.A Hansen, yang menemui kuman penyebab penyakit kusta. Ia juga dikenali dengan nama leprosy. Kusta suatu ketika dahulu dianggap sebagai satu sumpahan dan menyebabkan penghidapnya disisihkan oleh masyarakat.

Tidak dinafikan sebelum penemuan rawatan moden untuk kusta, langkah pengasingan ialah cara terbaik untuk mengekang penularan penyakit dan untuk tujuan itu, Pusat Kawalan Kusta Negara telah ditubuhkan. Sejarahnya bermula sejak tahun 1926 lagi dan untuk penerangan lanjut mengenai pusat ini, sila ikuti siri yang seterusnya.

Penyakit kusta adalah penyakit berjangkit kronik yang melibatkan kulit dan saraf berpunca dari kuman kumpulan bacillus berbentuk rod iaitu Mycobacterium leprae dan ianya berkaitan dengan Mycobacterium tuberculosis, kuman yang menyebabkan penyakit batuk kering (TB). Cara penularannya adalah melalui titisan pernafasan namun kadarnya adalah perlahan. Penyakit ini menunjukkan peningkatan kadar penularan terhadap pesakit yang rendah imunitinya seperti penghidap AIDS, batuk kering, pesakit kencing manis dan yang menjalani rawatan kemoterapi. Tahap sosio ekonomi yang rendah dan faktor kurang zat makanan juga memainkan peranan penting di mana kita dapat lihat negara yang kurang maju seperti India, Myanmar, Filipina, Indonesia dan Nepal masih mempunyai ramai pesakit kusta.

Mycobacterium leprae menyerang kulit, saraf periferi dan lapisan mukosa saluran pernafasan dan mata apabila masuk ke dalam manusia. Terdapat 2 jenis penyakit kusta iaitu jenis Paucibacillary dan jenis Multibacillary.

1. Paucibacillary

Untuk kusta jenis paucibacillary ujian diagnostik calitan torehan kulit (slit skin smear) adalah negatif. Gejala yang timbul ialah terdapat satu atau beberapa tompok yang kebas atau tompok-tompok merah yang tidak gatal. Permukaan kulit yang kering, kasar, tidak berpeluh serta tidak tumbuh bulu atau rambut. Penyakit kusta jenis ini tidak berjangkit tetapi jika lambat dirawat akan menimbulkan kecacatan. Rawatan menggunakan Multi Drug Therapy (MDT) terdiri dari antibiotik Rifampicin, Clofazimine dan Dapsone mengambil masa 1 tahun dan boleh diambil di rumah tanpa perlu dimasukkan ke wad hospital.

2. Multibacillary

Untuk kusta jenis multibacillary, ujian diagnostik calitan torehan kulit adalah positif. Terdapat tompokan putih kemerahan yang merebak diseluruh kulit badan. Tanda-tanda awal penyakit ini sering dikesan pada cuping telinga dan muka. Jika tidak dirawat dengan segera, ia boleh menjangkiti orang lain. Rawatan MDT mengambil masa minima 3 tahun dan calitan torehan negatif. Pesakit perlu dimasukkan ke wad untuk rawatan intensif.

Rawatan yang tidak mengikut peraturan yang ditetapkan boleh menyebarkan kuman kusta terhadap orang awam. Komplikasi yang terjadi antaranya kecacatan wajah seperti hidung akan kempis (flattened nose), hilang bulu kening dan bulu mata, kecacatan pada tangan dan kaki akibat kehilangan otot-otot jari, jari jemari akan membengkok dan kehilangan fungsi. Pada peringkat melarat, jari atau keseluruhan tapak kaki akan buruk atau putus. Hilang deria rasa pada kaki dan tangan terjadi mengakibatkan pesakit sering luka dan mengalami ulser kulit yang kronik. Saraf periferi turut terjejas antaranya melibatkan saraf fasial (7th cranial nerve) yang menyaraf muka. Ini mengganggu fungsi pengelipan mata dan seterusnya boleh menyebabkan buta.

Penyakit kusta mempunyai sejarah tersendiri dalam tamadun hidup manusia. Dengan teknologi perubatan moden, pesakit kini tidak perlu dasingkan. Kusta boleh sembuh tanpa kecacatan dengan pengesanan awal dan pengubatan secara teratur. Amat penting bagi kita untuk memastikan tahap kesihatan masing-masing berada di tahap optimum dengan mengamalkan cara hidup sihat, sekaligus meningkatkan imuniti terhadap penularan penyakit berjangkit.

**KHABAR DARI UNIT KESIHATAN
UiTM KAMPUS CAWANGAN**

**KURSUS HEARTSAVER (RESUSITASI KARDIOPULMONARD) DAN
PERTOLONGAN CEMAS
ANJURAN UNIT KESIHATAN UiTM MELAKA
DI INSTITUT LATIHAN KESIHATAN ANGKATAN TENTERA MELAKA
(INSAN) KEM TERENDAK 25 – 28 MEI 2009**



Satu Kursus Pertolongan Cemas dan Heartsaver telah berjaya dianjurkan oleh Unit Kesihatan UiTM Melaka dengan kerjasama INSAN di Kem Terendak Melaka. Ia merupakan satu sesi pembelajaran berterusan untuk kakitangan bukan perubatan di UiTM Melaka. Kursus tersebut telah berlangsung dengan jayanya dari 25 – 28 Mei 2009 dan telah disertai oleh seramai 27 orang peserta dari pelbagai kategori.

Kursus ini merupakan satu sumbangan berterusan dari Unit Kesihatan UiTM Melaka dalam melaksanakan program pembelajaran berterusan untuk staf tanpa mengira kedudukan dan jawatan. Ia juga merupakan aspirasi Unit Kesihatan untuk memainkan peranan di dalam usaha pembentukan dan pendidikan modal insan .

Disamping itu ia juga diadakan untuk memenuhi syarat Akta Keselamatan dan Kesihatan Pekerja tahun 1994 yang memerlukan sejumlah kakitangan yang perlu ada kemahiran untuk mengendalikan sebarang kejadian kecemasan yang mungkin berlaku di tempat kerja.

Para peserta telah mempelajari asas pengendalian kes-kes kecemasan seperti pendarahan, patah tulang, renjatan dan kaedah membawa pesakit yang tercedera di bawah tajuk pertolongan cemas. Peserta juga telah didedahkan kepada ilmu resusitasi jantung dan paru-paru terhenti dari aspek teori dan amali.

Di akhir kursus peserta telah menjalani ujian teori dan amali untuk melayakkan diri sebagai Heartsaver dan dikurniakan kad pengiktirafan Heartsaver .Semua peserta telah lulus ujian tersebut dengan jayanya.



**STANDBY SUKAN STAF ANTARA KAMPUS
UiTM TERENGGANU**



Sukan Staf antara Kampus UiTM telah dilaksanakan pada 18 Mei sehingga 22 Mei 2009. Unit Kesihatan UiTM Terengganu dibantu dengan Unit Kesihatan UiTM Pahang dan Unit Kesihatan UiTM Kelantan telah melakukan standby perubatan . Kekuatan Unit Kesihatan dibantu dengan 30 Ahli PBSM UiTM Terengganu yang terlatih. Sepanjang kejohanan berlaku kes-kes kecemasan sukan telah dirawat dengan teliti oleh pasukan perubatan. Standby perubatan dilakukan di tempat permainan berlangsung dan di Klinik Kesihatan UiTM Terengganu. Perkhidmatan Klinik disambung sehingga Jam 12 tengah malam di sepanjang kejohanan. Pihak Unit Kesihatan UiTM Terengganu merakamkan setinggi-tinggi penghargaan kepada Urusetia Kejohanan diatas kerjasama yang diberikan.

Di akhir kursus peserta telah menjalani ujian teori dan amali untuk melayakkan diri sebagai Heartsaver dan dikurniakan kad pengiktirafan Heartsaver .Semua peserta telah lulus ujian tersebut dengan jayanya.

ALBUM AKTIVITI PUSAT KESEHATAN UiTM SHAH ALAM



Pelancaran Kempen Senyum
Pusat Kesihatan UiTM
2 April 2009



Bengkel
Kawalan Penyakit Demam Denggi
Dewan Mukhtamar Pusat Islam UiTM
15 April 2009



Sambutan Hari Jururawat
dan Hari Pekerja
Pusat Kesihatan UiTM
7 Mei 2009



Pelancaran Buku Laporan Prestasi Pusat
Kesihatan UiTM 2008
7 Mei 2009



Seminar Pendidikan Perubatan Berterusan
(CME) 2009
Teluk Batik Resort
13-16 Mei 2009



Gotong Royong 55
Pusat Kesihatan UiTM
10 Jun 2009



Ceramah Umum Penyakit Asthma
Auditorium Akademi Bahasa
11 Jun 2009



Hari Keluarga Pusat Kesihatan UiTM
Hot Spring Sungai Kelah, Sungkai
13 Jun 09



Pelancaran Manual Pengurusan Perkhidmatan
Kesihatan UiTM
19 Jun 2009



Mesyuarat Pelarasan
Unit Kesihatan UiTM Cawangan
Pusat Kesihatan UiTM
22 Jun 2009



Taklimat H1N1
untuk semua IPTA Malaysia
Pusat Kesihatan UiTM
23 Jun 2009

TIVITI STAF KESEHATAN Bah Alam



Kursus CPR
Jabatan Pembangunan
Sumber Manusia
21-22 April 2009



Lawatan Penandaarasan dari
Universiti Islam Antarabangsa
Malaysia (UIAM)
6 Mei 2009



Kursus Atenden Kesihatan
Pusat Kesihatan UiTM
20-22 Mei 2009



Kursus CPR
Pusat Kesihatan UiTM
23-24 Mei 2009



Lawatan Sambil Belajar
Pelajar dari Sekolah Alam Shah
27 Mei 2009



Kursus TOT 'Minda Sihat'
Pusat Kesihatan UiTM
17 Jun 2009



Latihan Pengungsian Bangunan
Pusat Kesihatan UiTM
18 Jun 2009



Lawatan Penandaarasan dari UUM
18 Jun 2009



Audit Inspektorat Dalaman UiTM
Pusat Kesihatan UiTM
23 Jun 2009



Kursus Pemandu Ambulan
Pusat Kesihatan UiTM
24-25 Jun 2009



Mesyuarat Staf
Pusat Kesihatan UiTM
26 Jun 2009

Salam Doktor,

Baru-baru ini saya telah pergi ke kenduri di rumah teman baik saya, EJ, yang baru pulang dari Amerika Syarikat. EJ kelihatan sihat dan majlis di rumah beliau berjalan dengan baik. Namun yang membimbangkan saya ialah, sebaik pulang dari majlis itu, badan saya terasa sakit-sakit dan pada keesokan harinya saya mengalami demam panas, batuk, selesema dan sakit kerongkong. Memandangkan wabak Influenza A (H1N1) masih berleluasa, dan saya pula terdedah kepada kawan yang baru pulang dari negara yang turut dilanda wabak itu, adakah saya turut terdedah dengan risiko penyakit itu? Apa yang perlu saya lakukan?

Yang Risau,
Shah Alam.

Kepada Yang Risau,

Terima kasih di atas pertanyaan anda. Untuk pengetahuan anda, kes yang disiasat berisiko terhadap Influenza A (H1N1) didefinisikan sebagai seseorang individu yang mengalami tanda-tanda berikut selepas 17 April 2009 (tarikh bergantung kepada bila sesebuah negara mendapat kes Influenza A (H1N1) positif yang pertama) :

Demam panas > 38 darjah celsius

DAN

Satu atau lebih simptom pernafasan berikut: batuk, kesukaran bernafas, sakit badan, pernafasan pendek.

DAN

Satu atau lebih simptom berikut: kontak rapat dengan individu yang didiagnos positif Influenza A (H1N1) ATAU baru pulang dari negara yang diisytiharkan positif wabak Influenza A (H1N1).

RUANGAN ANDA TANYA KAMI JAWAB



E-mail kan masalah kesihatan anda ke:
dr_dzulki@salam.uitm.edu.my
Masalah kesihatan anda akan kami jawab.

Kontak rapat bermaksud berada dalam lingkungan 3 kaki dari individu yang disyaki atau telah disahkan positif Influenza A (H1N1) semasa dalam tempoh jangkitan.

Memandangkan Yang Risau sendiri tidak berada di Amerika Syarikat dan sahabat anda juga tidak menunjukkan yang dia menghidap Jangkitan Respiratori Akut (selesema, sakit tekak, batuk dan demam), maka kes anda tidak dianggap terdedah dengan risiko Influenza A (H1N1). Apa yang anda hadapi kemungkinan besar ialah Selesema Bermusim (Seasonal Flu) yang biasa. Anda boleh mendapatkan rawatan di klinik yang berdekatan disamping minum air yang banyak, mengambil vitamin C dan makan makanan yang sihat terutama buah-buahan dan sayur-sayuran. Apa yang penting ialah menjaga kebersihan diri dengan sentiasa menutup mulut dan hidung dengan tisu semasa batuk dan bersin, membasuh tangan dengan air dan sabun setiap kali selepas batuk dan bersin dan bataskan pergaulan dengan orang ramai semasa sakit untuk mengelakkan penyebaran virus.

Dr Ernie Rozaini Sulaiman
Pegawai Perubatan UiTM Kampus Puncak Perdana

How did it reach Malaysia?

Malaysia becomes the 36th country in the world to be hit by the virus

A (H1N1) FLU



- ▶ Student is currently in an isolation ward at Sungai Buloh Hospital
- ▶ The patient's five family members are quarantined at home in the Klang Valley



Health officials at the Sungai Buloh Hospital are on high alert



A health official disinfecting an ambulance

WABAK H1N1 (INFLUENZA A)

Dr Nik Kamarudin Nik Nor



INFLUENZA A (H1N1) adalah penyakit sistem pernafasan akut yang diakibatkan oleh jangkitan virus Influenza A jenis H1N1. Ianya merebak dengan cepat ke beberapa negara termasuk Malaysia akibat dari kemunculan virus Influenza A baru (novel) selepas berlakunya mutasi genetik di mana penduduk dunia tidak mempunyai daya ketahanan badan bagi melawan virus tersebut. Ianya juga didapati mudah berjangkit daripada seseorang manusia kepada manusia yang lain.

Mengikut Pertubuhan Kesihatan Sedunia (World Health Organisation), wabak Influenza A ini pernah berlaku pada tahun 1918 di mana ianya menyebabkan kematian melebihi 50 juta penduduk dunia ketika itu. Sehingga kini (1 Jun 2009), penyakit ini telah berlaku di 56 buah negara dengan jumlah kes sebanyak 17134 serta mengakibatkan 115 kematian.

CARA JANGKITAN

Penyakit ini boleh berjangkit melalui 2 kaedah :

1. Hubungan langsung dengan manusia yang dijangkiti (melalui batuk atau bersin)
2. Permukaan yang dicemari virus Influenza A (H1N1)

TANDA-TANDA

- Demam panas ($>38^{\circ}\text{C}$)
- Batuk
- Sakit tekak
- Sukar bernafas
- Sakit-sakit badan

KES-KES YANG DISYAKI

Sekiranya ANDA mempunyai tanda-tanda penyakit seperti di atas
DAN

Mempunyai hubungan (kontak) langsung dengan pesakit yang telah disahkan mengidap Influenza A (H1N1) seperti menaiki kereta / kapal terbang yang sama atau menginap di rumah yang sama
ATAU

Baru kembali melancong / melawat kawasan atau negara yang mempunyai kes Influenza A (H1N1)

Sekiranya ANDA termasuk di dalam kategori seperti di atas, ANDA dinasihatkan supaya membuat pemeriksaan lanjut di hospital kerajaan supaya penyiasatan kes dan rawatan segera dapat diberikan untuk mengelak kecelakaan berlaku.

LANGKAH-LANGKAH PENCEGAHAN DAN CARA PERLINDUNGAN DIRI

- Tutup mulut dan hidung dengan tisu / sapu tangan ketika bersin dan batuk
- Cuci tangan dengan sabun selepas batuk / bersin atau menyentuh permukaan yang tercemar
- Buang tisu yang digunakan ke dalam tong sampah
- Pakai penutup mulut dan hidung (mask) sekiranya dijangkiti Influenza A (H1N1)
- Elakkan berada di tempat awam jika anda dijangkiti Influenza A (H1N1)
- Dapatkan rawatan segera di hospital sekiranya anda mempunyai tanda-tanda penyakit Influenza A (H1N1)
- Elakkan dari melawat / melancong / mengunjungi kawasan yang mempunyai kes Influenza A
- Jagalah kebersihan diri sepanjang masa serta amalkan pemakanan yang seimbang dan berkhasiat

TAHNIAH.....

Kepada Para Pemenang Kempen Senyum
Pusat Kesihatan HEP

BULAN	APRIL		MEI	
Kategori	STAF	PELANGAN	STAF	PELANGAN
MINGGU Pertama	<p>Dr Che Saudah Abdullah</p> 	<p>Nur Bazla' Farisya Md Junid</p> 	<p>Pn Sadiyah Ab. Karim</p> 	<p>Nur Athirah Ishar</p> 
MINGGU Kedua	<p>Dr Amal Farah Abidin</p> 	<p>Joana Ghazali</p> 	<p>Pn Wan Rozaida Mazlina Wan Hamzah</p> 	<p>Musa Mohamed Zahidi</p> 
MINGGU Ketiga	<p>En Nazri Khalid</p> 	<p>Asmahani Ahmad</p> 	<p>Pn Che Mahani Yusof</p> 	<p>Siti Nadhirah Mohamad Rahim</p> 
MINGGU Keempat	<p>En Kamal Yunus</p> 	<p>Nadiyah Adzman</p> 	<p>En Fitri Minhaj</p> 	<p>Elham Omar</p> 

TAHNIAH

kepada para pemenang pertandingan Mencipta
Poster Kempen Senyum 2009

Muhamad Azam Bin Dzulkefli
Rose Dahlina Rusli
Rushda Hadzira Ismail
Mahani Daud
Rusli Ibrahim

