



UNIVERSITI TEKNOLOGI MARA

PEKELILING PENGARAH PUSAT KESIHATAN BAHAGIAN HAL EHWAL PELAJAR

Bilangan 02 Tahun 2014

PERMASALAHAN JEREBU DAN RISIKO KESIHATAN

TUJUAN

1. Pekeliling ini bertujuan untuk memaklumkan kepada semua warga UiTM Shah Alam mengenai keadaan jerebu yang melanda kita terutamanya di negeri Selangor yang amat membimbangkan dan boleh mengancam kesihatan semua. Perkara ini dirujuk dari sumber Kementerian Kesihatan Malaysia dan Kementerian Sumber Asli dan Alam Sekitar.

PELAKSANAAN

2. Jerebu adalah merupakan satu keadaan di mana kewujudan **kualiti udara yang tidak baik dengan kehadiran partikel (opalescent) di atmosfera** yang akan mengurangkan jarak penglihatan. Ia disebabkan oleh **pencampuran konsentrasi bahan pencemar udara yang tinggi** yang dilepaskan merata-rata dan menyerap sinaran matahari di atmosfera. Di antara **bahan utama pencemar udara** semasa jerebu termasuklah **bahan partikel yang berukuran kurang dari 10mm/m³ diameter, Ozon, gas Karbon monoksida, gas Nitrogen dioksida dan Sulfur dioksida**
3. Justeru itu, semua warga UiTM dinasihatkan supaya sentiasa menjaga kesihatan masing-masing di samping mengambil langkah perlu seperti yang telah disarankan oleh pihak kerajaan dalam usaha menjaga keselamatan dan kesejahteraan hidup semua warga UiTM.
4. Antara nasihat yang patut diikuti adalah :
 - (i) Ketahui tahap keterukan pencemaran udara semasa melalui media massa serta sentiasa mengikuti perkembangan bacaan paras Indeks Pencemaran Udara (IPU) dan patuhi arahan yang dikeluarkan oleh pihak berwajib.
 - (ii) * Untuk bacaan Indeks Pencemaran Udara (IPU) / Air Pollution Index (API), anda boleh layari www.doe.gov.my/apims

- (iii) Kurangkan aktiviti di luar rumah dan luar pejabat.
- (iv) Jangan merokok.
- (v) Banyakkan minum air sekurang-kurangnya 2 liter sehari.
- (vi) Selalu membasuh tangan dan muka selepas melakukan aktiviti luar.
- (vii) Dapatkan nasihat perubatan dengan segera sekiranya mempunyai tanda-tanda kesan akibat jerebu seperti kesukaran untuk bernafas, serangan jantung, gatal-gatal pada tekak, gatal-gatal pada mata, jangkitan pada bahagian atas saluran pernafasan serta gatal-gatal pada kulit.
- (viii) Gunakan topeng pernafasan apabila tahap kualiti udara tidak sihat.
- (ix) Pastikan persekitaran dalam rumah dan tempat kerja adalah bersih.
- (x) Sekiranya anda tergolong dalam kategori berisiko tinggi (pesakit asma, penyakit jantung, warga tua, penyakit alahan/alergi yang teruk), anda dinasihatkan supaya mempunyai bekalan ubat-ubatan yang cukup, mengambil ubat-ubatan seperti yang diarahkan serta berjumpa doktor dengan segera jika keadaan menjadi semakin teruk.

TARIKH DIKELUARKAN

5. Pekeliling ini dikeluarkan pada 3 Mac 2014.

TARIKH KUAT KUASA

6. Pekeliling ini berkuat kuasa pada 3 Mac 2014.

PEMAKAIAN

7. Pemakaian Pekeliling ini adalah untuk semua warga UiTM (staf dan pelajar).

Sekian, terima kasih.



DR. ZAITON NASIR

Pengarah

Bil Fail : 100-HEP (PK:6/7/2)

Tarikh : 3 Mac 2014