

International Day of Action for Women's Health HARI ANTARABANGSA BERTINDAK UNTUK KESIHATAN WANITA

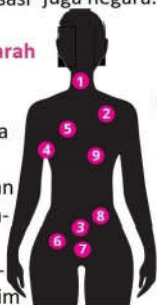


World Health Organization atau Pertubuhan Kesihatan Sedunia menyenaraikan sepuluh perkara yang utama yang memerlukan plan tindakan di peringkat individu, organisasi juga negara. Lima darinya dibentangkan di sini.



Kanser/barah

Kanser payudara jauh kedepan dari segi bilangan (insiden) mengatasi yang lain. Tawaran mamogram melalui skim



1	Thyroid	3
2	Leukaemia	3.6
3	Body of Uterus	3.8
4	Lymphoma	3.9
5	Trachea, Bronchus, Lungs	5.6
6	Ovary	6.1
7	Cervix (uteri)	7.7
8	Colo-rectal	10.7
9	Breast	32.1

Ukuran: Insiden per 100,000 populasi

Sembilan Jenis Kanser/Barah paling kerap di Malaysia (2007 - 2011)



Baucar Program Saringan Kesihatan PERKESO adalah usaha murni ke arah menangani masalah peningkatan kejadian kanser payudara (breast) dan wajar disambut baik oleh semua yang layak. Wanita juga wajar mendapatkan

Vaksinasi HPV (Human PapilloVirus) telah terbukti berkesan untuk mengurangkan kemungkinan Kanser pangkalrahim atau Cervix uteri.

Jangkitan HPV berlaku melalui hubungan kelamin dan mungkin sahaja meningkat dengan bilangan pasangan.



Kesihatan Reproduksi

Masalah Kesihatan seksual dan reproduktif dianggarkan satu pertiga dari keseluruhan masalah kesihatan untuk golongan wanita berusia dari 15 hingga 44 tahun terutama di negara-negara membangun. Ramai yang terdedah kepada **hubungan kelamin yang tidak selamat.**

Ini berlaku kerana kurang pengetahuan tentang hubungan kelamin yang selamat. Tidak ramai yang tahu kehamilan boleh berlaku melalui hubungan kelamin mahupun cubaan hubungan kelamin. Dan ramai tidak tahu bagaimana pelbagai penyakit boleh berpindah melalui hubungan kelamin walaupun melalui satu pendedahan yang singkat. Usaha untuk memberikan pendidikan seks di sekolah sering mendapat tentangan hebat. Ahli-ahli masyarakat mendakwa pengetahuan ini akan lambat laun didapati secara sendiri.



Malangnya kajian menunjukkan wanita dewasa kerap mendapat maklumat yang salah.

**LET'S
TALK
ABOUT
SEX**



Kesihatan Ibu

Wanita sering dikaitkan dengan peranannya sebagai ibu.

Kesihatan juga kesejahteraan ibu adalah amat penting tetapi sering diabaikan. Kita di Malaysia bernasib kerana ini menjadi salah satu teras utama pelan penjagaan kesihatan selepas Merdeka. Tun Dr Siti Hasmah adalah



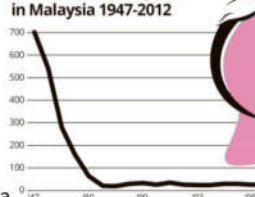
perintis bidang ini. Beliau adalah wanita tempatan pertama dilantik menjadi Pegawai Perubatan di Jabatan Kesihatan Ibu dan Anak pada tahun 1965. Perjuangan ini diteruskan hingga kini. Kajian demi kajian menunjukkan betapa kesihatan ibu mempengaruhi kesihatan anak, malah kesihatan keluarga. Malangnya kesihatan ibu sering diabaikan terutama di negara membangun samada di segi nutrisi mahupun waktu rehat juga capaian kepada kemudahan untuk mendapat rawatan.

Maternal mortality

	1990	2000	2010	2015
Malaysia	79	58	48	40
Brunei	35	31	27	23
Indonesia	446	265	165	126
Philippines	152	124	129	112
Singapore	12	18	11	10
Thailand	40	25	23	20

Source: WHO, UNICEF, UNFPA, World Bank Group and the United Nations Population Division. Trends in maternal mortality 1990 to 2015 pages 46-48

Maternal mortality rate in Malaysia 1947-2012



Source: Ministry of Health

Hidup lebih mencabar hari ini berbanding dengan zaman nenek-nenek kita dahulu. Kita perlu menyediakan diri dan anak-kita untuk menyahut cabaran ini. Kita perlu **keterbukaan untuk perbincangan bermakna** berlaku untuk setiap isu yang mendatang.



Keganasan terhadap wanita

Wanita sering menjadi **mangsa keganasan rumah tangga juga di dunia luar.**

Satu kajian mencatatkan **1 dari 3 wanita** dibawah usia 50 tahun mengalami pelbagai jenis keganasan di tangan pasangan hidup semasanya. Keganasan ini bukan sahaja dalam bentuk fizikal - seperti dipukul - tetapi juga dari segi seksual serta mental.



Amat kerap mangsa sendiri tidak menyedari betapa dia dimangsakan kerana ketidakfahaman diri tentang hak mereka sebagai isteri. Lebih menyayatkan sebahagian wanita menganggap semuanya itu sebahagian dari norma hidup lahir dari budaya masyarakat setempat. Ini menghalang mereka untuk cuba menyelamatkan diri. Usaha perlu ditingkatkan untuk memberi kesedaran baru kepada para wanita tentang hak mereka dan masyarakat perlu lebih sensitif kepada masalah ini.



Kesihatan mental

Wanita tampak lebih cenderung mengalami **gangguan mental** berbanding lelaki terutama gemuruh (*anxiety*) dan kemurungan (*depression*) dan masalah *somatic* (keluhan fizikal yang tidak dapat diuraikan penyebabnya). Kemurungan boleh menjurus kepada *suicide* (bunuh diri) dan *parasuicide* (cubaan bunuh diri). Kejadian *suicide* dan *parasuicide* lebih kerap berlaku pada kaum wanita berbanding lelaki. Kita mesti berusaha untuk menyedarkan masyarakat tentang hal ini dan menyediakan *safety network* (jaringan sokongan keselamatan) untuk menangani masalah ini.



Untuk ahli

DHI informatics

