



**PERUTUSAN  
YANG BERHORMAT  
DATO SERI SETIA DR HAJI MOHAMMAD ISHAM BIN HAJI JAAFAR  
MENTERI KESIHATAN  
SEMPENA SAMBUTAN BULAN ALZHEIMER SEDUNIA  
DAN SAMBUTAN HARI ALZHEIMER SEDUNIA  
21 SEPTEMBER 2021**

**TEMA:  
“Kenali Demensia, Kenali Alzheimer”  
(*Know Dementia, Know Alzheimer’s*)**

1. Demensia adalah sejenis penyakit yang mempengaruhi fungsi kognitif otak yang boleh menjejaskan ingatan, pemikiran, tingkah laku dan perasaan. Demensia juga adalah penyebab utama berlakunya kelainan upaya (*differently-abled*) dan kerbergantungan di kalangan orang tua. Pada tahun 2019, Pertubuhan Kesihatan Sedunia (WHO) menganggarkan 55.2 juta orang di seluruh dunia hidup dengan demensia dan 1.6 juta kematian adalah disebabkan oleh demensia. Ini menjadikan demensia sebagai punca kematian ke-tujuh utama di dunia. Demensia menjejaskan lebih dari 50 juta orang di seluruh dunia, dengan kadar 1 kes demensia baru berlaku pada setiap 3 saat di seluruh dunia. Penyakit Demensia juga dianggarkan akan meningkat kepada kira-kira 78 juta orang pada tahun 2030 dan kira-kira 139 juta pada tahun 2050.
2. Demensia boleh menjejaskan kesihatan dan seterusnya meberikan kesan kepada kualiti kehidupan kepada setiap individu yang menghidap penyakit demensia, penjaga dan ahli keluarga. Seringkali juga terdapat kurang kesedaran dan pemahaman tentang demensia yang

mengakibatkan stigma dan rintangan untuk diagnosis serta mendapatkan rawatan.

3. Dalam masa yang sama, demensia juga memberikan beban kepada perbelanjaan sosial termasuk dalam kos penjagaan tidak formal (*informal care*). Menurut Laporan Status Global (*Global Status Report*) mengenai Respon Kesihatan Awam terhadap Demensia yang diterbitkan oleh Pertubuhan Kesihatan Sedunia (WHO) baru-baru ini, kos menangani demensia di peringkat global dianggarkan berjumlah USD\$1.3 trilion pada tahun 2019 dan dijangka akan meningkat kepada US \$ 1.7 trilion pada tahun 2030. Jika diambilkira kenaikan kos rawatan, kos demensia diperingkat global dianggarkan akan mencapai US \$2.8 trilion menjelang 2030.
4. Negara Brunei Darussalam dengan kerjasama *Alzheimer's Disease International* juga tidak ketinggalan memperingati **Bulan Alzheimer Sedunia yang disambut pada bulan September** dan **Hari Alzheimer Sedunia pada 21 September**. Tema tahun ini adalah “**Kenali Demensia, Kenali Alzheimer**” - dengan fokus pada meningkatkan pengetahuan, khususnya mengenai tanda-tanda amaran demensia dan kepentingan mendapatkan diagnosis tepat pada masanya. Orang ramai disarankan untuk mendapatkan maklumat, nasihat dan sokongan tentang demensia, serta mendapatkan diagnosis seawalnya, agar dapat mempersiapkan, merancang dan menyesuaikan diri dengan demensia. Hashtag rasmi iaitu **#KnowDementia** dan **#KnowAlzheimers** menyeru orang ramai untuk bersuara dan menyokong kempen kesedaran global ini. Oleh itu, adalah

penting untuk meningkatkan kesedaran dan pemahaman mengenai demensia dan menghilangkan salah tanggapan terhadap penyakit ini.

5. Demensia **BUKAN** penyakit khusus mengikut umur (*age-specific*) dan boleh menjejaskan semua peringkat umur. Demensia juga bukan sebahagian dari proses penuaan yang normal. Individu yang hidup dengan demensia mengalami gejala yang berbeza, bergantung pada bahagian otak yang terjejas. Walaubagaimanapun, gejala demensia yang sering dihidapi adalah termasuk:

- Hilang ingatan;
- Kesukaran dalam berkomunikasi, seperti kesukaran mencari perkataan yang tepat atau memahami perbualan;
- Kesukaran dalam melaksanakan tugas; dan
- Perubahan keperibadian atau mood.

6. Pada masa ini, **TIDAK ADA UBAT** yang khusus untuk demensia, namun rawatan dan sokongan ada tersedia untuk pesakit dan penjaga. Seseorang yang mempunyai kemungkinan tanda dan gejala demensia harus dinilai oleh pakar penjagaan kesihatan untuk diagnosis dan pengurusan. **Risiko menghidap demensia meningkat apabila seseorang individu tidak mengekalkan gaya hidup yang sihat dari usia yang lebih muda. Seseorang boleh mengurangkan risiko menghidap demensia melalui amalan pemakanan sihat; melakukan kegiatan fizikal secara tetap sekurang-kurangnya 30 minit sehari dan lima kali seminggu; dan berhenti merokok. Bagi warga emas, rangsangan mental dan interaksi sosial juga perlu dikekalkan.**

7. Sejak tahun 2020, kita telah terjejas oleh wabak COVID-19, yang mengganggu rutin seharian kita, menyebabkan rintangan dalam aktiviti pengurangan risiko demensia dan kempen kesedaran. Mengimbas semula mesej pada tahun lepas mengenai impak wabak COVID-19 dan demensia, sekatan penjarakan sosial diperlukan untuk mengelakkan penyebaran jangkitan COVID-19. Walaubagaimanapun, sekatan ini boleh menambah kesulitan bagi yang mengalami kesunyian, kemurungan serta pengasingan sosial dan memburukkan lagi simptom demensia. Oleh itu, keluarga dan masyarakat perlulah bersabar dan lebih prihatin semasa tempoh 'norma baru' ini.

8. Selaras dengan tema Sambutan Bulan Alzheimer Sedunia 2021 tahun ini, saya ingin mengetengahkan beberapa mesej utama dan menyeru semua termasuk ahli keluarga, komuniti dan masyarakat agar:

- **Pastikan awda mengetahui maklumat berkaitan dengan demensia.** Ketahui dan fahami tanda-tanda amaran demensia. Berbincang mengenai simptom demensia antara satu sama lain dan belajar dari pengalaman masing-masing.
- **Berhati-hati dengan tanda-tanda amaran demensia.** 10 tanda amaran demensia yang biasa dialami adalah hilang ingatan; kesukaran melakukan tugas yang biasa; masalah dengan percakapan; disorientasi atau kebingungan pada masa dan tempat; penilaian yang tidak betul atau menurun; masalah mengawasi sesuatu; sering kehilangan barang; perubahan mood dan tingkah laku; masalah melihat gambar dan hubungan sekeliling (*spatial*

*relationships*); dan menjauhkan diri dari pekerjaan atau aktiviti sosial.

- **Kesediaan semasa pandemik.** Penularan wabak COVID-19 telah mengetengahkan kekurangan dalam penyediaan perkhidmatan dan sokongan harian bagi pesakit demensia. Adalah amat penting bagi pesakit demensia untuk tidak dikecualikan secara sosial semasa penularan wabak ini. Beberapa tips untuk mereka yang hidup dengan demensia dan penjaga mereka:
  - **Kekal berhubung dengan menggunakan teknologi seperti bercakap melalui telefon atau panggilan video;**
  - **Mengekalkan aktiviti harian biasa sebanyak mungkin, dengan mengambilkira langkah-langkah pencegahan sosial dan langkah-langkah pencegahan jangkitan;**
  - **Ingatkan atau bantu langkah-langkah kebersihan pencegahan COVID-19 seperti memakai sungkup muka, kerap mencuci tangan; dan**
  - **Mendapatkan suntikan vaksin COVID-19 dengan segera jika belum mendapatkannya.**

9. Kementerian Kesihatan akan sentiasa menyediakan sistem kesihatan yang mudah diakses dan saksama serta berkualiti tinggi kepada seluruh penduduk Negara Brunei Darussalam dalam memastikan semua orang akan memanfaatkan perkhidmatan yang diberikan. Kementerian Kesihatan juga bekerjasama rapat dengan pelbagai agensi kerajaan seperti Kementerian Kebudayaan, Belia dan Sukan, Pusat Kegiatan Warga Emas (PKWE) di kesemua daerah dan pertubuhan bukan kerajaan

(NGO's), Demensia Brunei untuk meningkatkan kesedaran tentang demensia dan melaksanakan intervensi yang berkaitan dengan demensia. Seterusnya Kementerian Kesihatan akan memastikan para penjaga kesihatan dan sukarelawan dilatih dengan secukupnya sehingga mereka dapat memberikan nasihat dan perkhidmatan kesihatan yang relevan bagi semua individu yang menghidap penyakit demensia dan keluarga / penjaga mereka.

10. Akhir kata, saya ingin menekankan dalam komitmen Kementerian Kesihatan bagi mencapai Wawasan Brunei 2035, terutama sekali dalam mencapai matlamat kualiti kehidupan yang tinggi bagi semua rakyat dan penduduk di Negara Brunei Darussalam, kita perlu bekerjasama untuk #KnowDementia dan #KnowAlzheimers. Bersama kita boleh membuat perubahan!

**-TAMAT-**