



SIARAN AKHBAR

KEMENTERIAN KESIHATAN

PERUTUSAN

YANG BERHORMAT
DATO SERI SETIA DR HAJI MOHAMMAD ISHAM BIN HAJI JAAFAR
MENTERI KESIHATAN
SEMPENA SAMBUTAN HARI KANSER SEDUNIA 2023

04 FEBRUARI 2023

TEMA: "MENUTUP JURANG PENJAGAAN"
(Close the Care Gap)

1. Setiap tahun, 10 juta orang meninggal dunia disebabkan oleh penyakit Kanser diseluruh dunia. Jumlah ini dijangka akan meningkat kepada 13 juta pada tahun 2030 jika tidak ada tindakan yang di ambil dari segi pencegahan dan pengawalan. Di Negara Brunei Darussalam, menurut statistik yang diperolehi daripada Daftar Kanser Negara Brunei Darussalam (BDCR) pada tahun 2021, terdapat 294 kematian akibat penyakit kanser dan sebanyak 682 kes baru telah dikesan menghidap penyakit kanser pada tahun tersebut.
2. Jenis-jenis kanser yang lazim terjadi di Negara Brunei Darussalam bagi golongan lelaki kekal sama seperti tahun lepas iaitu kanser kolorektal (64 kes), kanser prostat (35 kes) dan kanser paru-paru (26 kes). Manakala bagi golongan wanita pula, kanser yang paling lazim

adalah kanser payudara (104 kes), kanser kolorektal (53 kes), kanser rahim (38 kes) dan kanser ovari (33 kes).

3. Setiap tahun pada tanggal 4 Februari, hari kanser sedunia disambut untuk meningkatkan kesedaran orang ramai mengenai isu-isu berkaitan dengan penyakit kanser dan untuk mengambil tindakan bagi mencegah, mengesan, merawat dan seterusnya mengurangkan kesan kanser. Hari Kanser Sedunia pada tahun ini adalah tahun kedua daripada kempen selama tiga tahun yang bertemakan 'Menutup jurang penjagaan' iaitu berkisarkan isu ekuiti. Tema pada tahun kedua ini adalah lebih kepada menyatukan individu dan organisasi, penyokong dan penggubal dasar dalam menyeru perubahan dan mengambil tindakan. Dalam masa yang sama, sambutan ini juga meraikan kemajuan yang telah dicapai, bukan sahaja kemajuan dalam bidang perubatan malahan meraikan tindakan kecil yang memberi impak signifikan seperti membantu orang terdekat dari segi sokongan psikologi; sumbangan tenaga seperti pengangkutan untuk ke pusat rawatan kanser; memastikan pilihan makanan sihat yang berpatutan ditawarkan di sekolah; atau menggunakan hashtag #worldcancerday di media sosial untuk meningkatkan kesedaran orang ramai; dan sebagainya.
4. Kira-kira 30 - 50 peratus daripada kematian akibat kanser boleh dicegah dan ianya dikaitkan dengan beberapa tingkah laku dan amalan berisiko. Di peringkat individu, orang ramai adalah

dinasihatkan untuk mengamalkan gaya hidup yang sihat dengan mengambil langkah-langkah seperti berikut:

- Berhenti merokok dan mengelakkan dari terdedah kepada asap rokok;
 - Mengekalkan berat badan yang sihat secara konsisten,
 - Mengamalkan pemakanan yang sihat dan seimbang termasuk memastikan cukupnya (2-3 bahagian) pengambilan buah-buahan dan sayur-sayuran setiap hari dan mengurangkan diet berlemak yang berlebihan dan;
 - Meningkatkan aktiviti fizikal - mengingati “30 dalam 5” iaitu sekurang-kurangnya 30 minit dalam sehari, lima kali atau lebih dalam seminggu.
5. Dalam usaha untuk meningkatkan kegiatan fizikal di peringkat negara, Kementerian Kesihatan telah menerbitkan Garis Panduan Aktiviti Fizikal Kebangsaan edisi kedua, yang dilancarkan pada pertengahan tahun lepas di mana garis panduan ini mengandungi maklumat serta cadangan-cadangan berasaskan bukti saintifik untuk mengurangkan tingkah laku sedentari yang boleh digunakan sebagai panduan kepada orang ramai. Baru-baru ini, Kementerian Kesihatan juga telah mengukayahkan kempen secara kolektif sebagai sebuah negara iaitu BNontheMove dimana inisiatif pengiraan langkah dibuat bagi mencapai sasaran langkah yang ditetapkan dari masa ke masa. Kempen ini diharapkan dapat meningkatkan kegiatan fizikal dan seterusnya memupuk budaya aktif dikalangan rakyat dan penduduk Negara Brunei Darussalam.

6. Disamping mengamalkan cara hidup yang sihat, ujian saringan untuk mengesan penyakit kanser pada peringkat awal merupakan satu usaha yang dapat membantu meningkatkan peluang bagi penghidap penyakit kanser menerima rawatan dengan lebih baik dan pulih sepenuhnya. Di Negara Brunei Darussalam, Kementerian Kesihatan dan Pantai Jerudong Specialist Centre menawarkan beberapa pemeriksaan saringan termasuk *pap smear* untuk kanser serviks, pemeriksaan klinikal payudara serta mammogram untuk kanser payudara, dan pemeriksaan pendarahan dalam usus termasuk *colonoscopy* bagi kanser usus besar. Individu yang mempunyai sejarah kanser di dalam keluarga dan mempunyai faktor-faktor risiko adalah dinasihatkan untuk menjalani pemeriksaan secara berkala dan melakukan saringan genetik jika bersesuaian.

7. Dari segi rawatan dan pengurusan penyakit kanser, Kementerian Kesihatan akan terus bekerjasama dengan *The Brunei Cancer Centre (TBCC)* dalam menawarkan perkhidmatan rawatan kanser yang terbaik bagi penghidap penyakit kanser serta keluarga mereka yang terlibat. Kerjasama dari semua lapisan masyarakat termasuk institusi pendidikan, persatuan, pertubuhan bukan kerajaan (NGOs) dan pemimpin akar umbi dalam pengurusan pesakit kanser adalah sangat penting dalam mengurangkan kesan kanser. Sebarang tindakan kecil yang dilakukan walaupun hanya sekadar mendengar luahan rasa pesakit mampu memberikan impak yang positif kepada penghidap kanser.

8. Sementara itu, Kementerian Kesihatan melalui Daftar Kanser Brunei Darussalam baru-baru ini telah menerbitkan satu laporan yang julung kalinya iaitu Laporan Penyakit Kanser 20 tahun (2002-2021). Pengumpulan data dan penyelidikan yang berterusan ini adalah sangat penting untuk dijadikan sebagai asas bagi penggubal dasar membuat perancangan masa depan dan hala tuju yang lebih teratur dalam meningkatkan pencegahan dan rawatan kanser. Penjagaan penyakit kanser secara menyeluruh bukan sahaja mampu mengurangkan kesan kanser malahan beban kewangan dalam kos penjagaan kanser.

9. Dengan mengamalkan budaya hidup yang sihat seperti melakukan kegiatan-kegiatan yang berfaedah dan membuat ujian saringan secara berkala untuk pengesanan awal kanser, peluang untuk mencegahnya dan pulih sepenuhnya adalah tinggi. Oleh yang demikian, marilah kita semua komited dan bekerjasama dalam merapatkan jurang ekuiti agar kita dapat mencapai Matlamat Kedua dalam Wawasan Brunei 2035 iaitu 'Kualiti Kehidupan Yang Tinggi'.

-TAMAT-