

FOKUS BERITA

KAWASAN KESIHATAN@QUEENSTOWN

# Model masyarakat sihat dan aktif

▶ **ATIYAH MOHD SAID**  
atiyahm@sph.com.sg

MEMBINA lebih banyak hospital, poliklinik dan institusi penjagaan kesihatan lain tidak akan menawarkan harapan yang menyeluruh dan mapan bagi isu kesihatan jangka panjang Singapura.

Ini kerana dua pertiga daripada isu kesihatan dihadapi masyarakat adalah berkaitan dengan faktor sosial, tabiat dan sekitaran, kata Pengerusi bersama Jawatankuasa Pemandu Kawasan Kesihatan, Profesor John Eu-Li Wong.

Justeru, huraian menyeluruh untuk menyediakan jagaan kesihatan dalam satu tempat dan di sebuah sekitaran yang menggalak gaya hidup sihat adalah cara yang terbaik bagi sebuah masyarakat yang semakin menua seperti Singapura, menurut Profesor Wong, yang juga penasihat kanan Sistem Kesihatan Universiti Nasional (NUHS) dan Naib Presiden Kanan (Inovasi Kesihatan dan Alihan) Universiti Nasional Singapura (NUS).

Profesor Wong berkata demikian dalam satu wawancara dengan *Berita Harian*, menyusuli pengumuman pemerintah untuk merintis projek Kawasan Kesihatan di Queenstown.

Semasa mengumumkan ini baru-baru ini, Menteri Pembangunan Negara, Encik Desmond Lee, berkata Queenstown akan menjadi model sebuah masyarakat yang sihat dan aktif dan akan dilakukan menerusi pengajaran yang diraih hasil projek perintis seperti Kampung Admiralty serta kerjasama dengan rakan kerja lain untuk menyepadukan reka bentuk bandar, model penjagaan dan teknologi baru bagi pembaharuan dalam beberapa bidang.

Menjelaskan tentang pertimbangan dibuat bagi membangunkan kawasan kesihatan ini, Profesor Wong berkata:

"Kami mahu masyarakat Singapura faham bahawa terdapat beberapa faktor yang menentukan kesihatan, bahawa bukan hanya menjadi tanggungjawab Kementerian Kesihatan (MOH), tetapi setiap aspek kehidupan kita menjejaskan kesihatan.

"Ternyata, mati itu pasti. Kita bukan sahaja tidak mahu mati awal, kita juga tidak mahu kehilangan keupayaan kita pada tahap awal – apa yang kita panggil kematian pramatang dan kurang upaya pramatang."

Profesor Wong menuliskan contoh, penyakit kronik yang tidak berjangkit seperti angin ahmar, serangan jantung dan kencing manis – sejumlah signifikan penyakit ini boleh dicegah dan jika seorang mengalaminya, ia boleh dirawat jika dikesan awal agar tiada komplikasi.

"Kalau kita teliti faktor yang menjejaskan kedua-dua hal ini, 60 peratus adalah faktor sosial, tabiat dan sekitaran... dan ini adalah penting untuk kita kongsi pengetahuan dengan masyarakat.

"Justeru, membina lebih banyak hospital dan poliklinik bukanlah jawapannya," tekan beliau.

Kata Profesor Wong, buat masa ini apa yang menjadi amalan kita ialah hanya ke hospital selepas mengalami masalah kesihatan.

"Khidmat jagaan kesihatan sedang melakukan yang terbaik untuk membantu tetapi hakikatnya, sukar untuk mengubah tabiat dan keadaan selepas menjalani hidup selama 20, 30 atau 40 tahun.

"Jadi, kita harus beralih daripada sikap reaktif sepanjang masa, kepada apa yang kami panggil pendekatan proaktif, prediktif dan akhirnya, pencegahan," ujarnya.

Maka 'lahirlah' kawasan kesihatan itu, yang bermatlamat mengembeleng tenaga dan usaha semua lapisan masyarakat dan sektor negara, menurut Profesor Wong.

Beliau menegaskan lagi masyarakat Singapura tidak boleh menyerahkan peranan dan tanggungjawab ini kepada pemerintah sahaja.

"MOH tidak boleh melakukan usaha ini sendirian, ia memerlukan setiap kementerian, setiap warga dan penduduk Singapura... kita harus melabur

PROJEK KAWASAN KESIHATAN@QUEENSTOWN



KONSEP KAWASAN KESIHATAN: Queenstown akan menjadi model sebuah masyarakat yang sihat dan aktif dan akan dilakukan menerusi pengajaran yang diraih hasil projek perintis seperti Kampung Admiralty serta kerjasama dengan rakan kerja lain untuk menyepadukan reka bentuk bandar, model penjagaan dan teknologi baru bagi pembaharuan dalam beberapa bidang. – Foto-foto HDB, NUHS

**KHIDMAT KESIHATAN, JAGAAN BERSIFAT MENEGAH**

- Program My Health Map yang dipertingkatkan untuk bolehkan penduduk mudah dapatkan khidmat kesihatan bersifat mencegah
- Penyelaras jagaan akan giat dekat penduduk
- Penduduk yang layak akan diundang menyertai Kajian Campur Tangan Geriatrik Singapura untuk Kurangkan Kekurangan Kognitif dan Kelemahan Fizikal

**USIA PANJANG DENGAN TUJUAN**

- Kursus untuk lengkapi penduduk dengan kemahiran dan

**pengetahuan untuk hidup dengan tujuan**

**PERANCANGAN DAN REKA BENTUK**

- HDB akan bangun daya usaha untuk tingkatkan kesejahteraan fizikal, sosial dan mental penduduk

**FIZIKAL**

- Lebih banyak penekanan pada huraian untuk galak penduduk amalkan gaya hidup aktif

**SOSIAL**

- Ruang masyarakat yang galak interaksi antara penduduk dan eratkan hubungan antara penduduk berbilang generasi

**MENTAL**

- Tempat yang aman bagi bolehkan penduduk berehat boleh bantu tingkatkan mutu kehidupan.
- Lebih banyak ruang hijau akan dibangunkan di kejiranan di Queenstown

**TEKNOLOGI**

- Teknologi yang dimampui dan boleh diguna tingkatkan kehidupan penduduk
- Kerjasama dengan industri untuk uji dan laksana teknologi relevan untuk bolehkan orang ramai kekal berdaya, bantu cegah penyakit dan tingkat penyampaian khidmat jagaan kesihatan

"Isu diskriminasi terhadap usia kian meningkat dan ini perlu diatasi kerana lebih ramai orang kini berusia lebih 60 tahun... Jika kita fikir golongan berumur lebih 60 tahun tidak mempunyai nilai di Singapura, makanya Singapura akan berdepan dengan masalah sebab inilah bahagian (golongan) Singapura yang semakin meningkat. Kalau kita sentuh tentang sumber asli, inilah sumber asli Singapura, penduduk berusia 60 tahun ke atas. Sekiranya kita tidak menggarap dan memanfaatkan pengalaman, potensi dan bakat mereka, ia akan menjadi buruk untuk kita. Justeru, kita harus perkukuhkan jalinan antara generasi, seperti mana dilakukan bagi jalinan antara etnik dan budaya."

– Profesor John Eu-Li Wong, pengerusi bersama Jawatankuasa Pemandu Kawasan Kesihatan.



dalam kesihatan dan kita akan bekerjasama dengan jiran, sesiapa sahaja yang memerlukan bantuan," tambahnya.

Jelas Profesor Wong, sebuah kawasan kesihatan berbeza daripada pusat peneuaan aktif atau rumah penjagaan, kerana seseorang itu akan menjalani seluruh hidup mereka di estet itu, dari perut ibu hingga ke akhir hayat.

"Pendekatannya ialah untuk melihat kepada kehidupan sepanjang hayat anda, sebab anda harus melakukan usaha dan pelaburan di setiap peringkat hidup anda, dan bukan hanya bila anda sudah mencecah usia 60 atau 70 tahun.

"Ini caranya kita mengoptimalkan potensi setiap warga dan penduduk Singapura," kata beliau.

Akur bahawa terdapat trend yang meningkat dalam menyepadukan pen-

jagaan warga emas jangka panjang dengan penjagaan pencegahan dan perawatan, Profesor Wong berkata ini memerlukan usaha seluruh masyarakat.

Beliau mengambil contoh pengalaman Jepun yang banyak mengajar dunia tentang menguruskan penduduk yang semakin menua.

"Jika satu dalam empat orang sudah berusia 60 tahun ke atas, dan tidak lama lagi satu dalam dua orang 60 tahun ke atas dalam masa 10 hingga 15 tahun, maka cara terbaik ialah untuk menyepadukan penjagaan ini," ujarnya.

Meskipun tidak menafikan bahawa pembangunan ini ternyata memang mencabar, Profesor Wong yakin dengan iltizam dan kerjasama semua lapisan masyarakat, usaha ini dapat direalisasikan.



KAUNSELING MASYARAKAT: Antara khidmat yang dirancangkan di kawasan ini adalah khidmat kaunseling kesihatan oleh para jururawat untuk para penduduk.

Fokus pada penduduk, penjaga untuk sepadu khidmat kesihatan bagi warga emas

UNTUK menyepadukan pelbagai khidmat kesihatan bagi warga emas di Kawasan Kesihatan@Queenstown, ia memerlukan usaha rekaan yang tertumpu kepada penduduk dan penjaga mereka.

Bagi memastikan keperluan warga emas dipenuhi, kedua-dua agensi pemerintah dan badan kebajikan sukarela (VVO) telah bekerja rapat untuk menghasilkan khidmat dan program dan usaha sedang diteliti untuk meluaskannya, kata Pengerusi bersama Jawatankuasa Pemandu Kawasan Kesihatan, Profesor John Eu-Li Wong.

Profesor Wong, yang juga penasihat kanan Sistem Kesihatan Universiti Nasional (NUHS) dan Naib Presiden Kanan (Inovasi Kesihatan dan Penterjemahan) Universiti Nasional Singapura (NUS), menjelaskan:

"Adalah penting untuk kami mereka khidmat dan program kesihatan kami yang tertumpu kepada penduduk dan penjaga mereka.

"Setelah kami memahami keperluan mereka, kami kemudian akan mengenal pasti siapa dalam sektor privet, awam dan sosial yang boleh memenuhi keperluan itu dengan cara yang mapan dan boleh diperluaskan sebab kami sedang meneliti usaha untuk seluruh Singapura.

"Jadi apa sahaja saranan yang kami bangunkan, ia perlu boleh diluaskan ke seluruh negara dan harus mapan dari segi kewangan dan sumber manusia.

"Jika mempunyai sesuatu yang terlalu bergantung kepada buruh, ia mungkin sukar untuk dkekalkan.

Menurut Profesor Wong, bagi memenuhi keperluan warga emas yang mempunyai keperluan khusus, agensi pemerintah dan VVO sudahpun berusaha dengan aktif.

Ini termasuk seperti Kementerian Pembangunan Sosial dan Keluarga (MSF), Kementerian Kesihatan (MOH), Agensi Penjagaan Bersepadu (AIC) dan NUHS manakala terdapat kerjasama dengan pusat kegiatan masyarakat dan kegiatan warga emas.

Struktur yang menggabungkan sektor awam dan VVO ini juga dicerminkan dalam kerjasama pertubuhan seperti RSVP dan Yayasan Tsao, yang sedang menggerakkan usaha khidmat berpusat kepada keperluan penduduk lebih berusia.

"Banyak usaha-usaha yang baik dan menyentuh hati yang sedang bergerak sekarang.

"Tetapi apa yang kami mahu cuba lakukan sekarang ialah untuk melihat bagaimana kita dapat meluaskan usaha ini... dan belajar daripada amalan terbaik dengan secepat mungkin... agar kita dapat melaksanakan (usaha-usaha) ini di merata Singapura," jelas beliau.

Pada akhirnya, Profesor Wong berkata, diharapkan semua usaha itu akan mencapai matlamat peneuaan dengan sihat dalam kalangan warga Singapura.