



"Kajian yang sama juga menunjukkan bahawa hanya 79 peratus daripada pesakit DT1 dan 51 peratus daripada pesakit DT2 menerima panduan khas atau syor-syor daripada doktor dalam menjalani ibadah Ramadan"

Dr Nor Azmi Kamaruddin
Profesor Jabatan Perubatan, UKM



"Menggunakan kuasa jangkauan luas teknologi mudah alih, MSD membantu orang Islam dengan diabetes DT2"

Annie Chin
Pegawai Urusan MSD

Aplikasi Apple bantu penghidap diabetes berpuasa

Kandungan mirip buku panduan memudahkan umat Islam hidap kencing manis jalani ibadah

Umat Islam berpuasa semasa Ramadan, tetapi menunaikan ibadah ini bukan mudah khasnya bagi mereka yang menghidap diabetes. Berpuasa daripada makanan dan minuman dari tempoh matahari terbit hingga matahari terbenam, mungkin berbahaya bagi mereka yang keadaan diabetes tidak terkawal. Mengelakkan ubat dan makanan untuk menunaikan ibadah ini selain pemakanan yang tidak terkawal ketika berbuka puasa boleh memburukkan lagi keadaan penghidap diabetes.

"Kami faham bahawa ramai penghidap diabetes tidak mahu melepaskan peluang berpuasa pada bulan Ramadan. Bagaimanapun, penghidap diabetes perlu sedar yang jika berpuasa boleh membawa lebih banyak keburukan daripada kebaikan, hukum agama itu sendiri menghalang mereka daripada berbuat demikian," kata Profesor Dr Nor Azmi Kamaruddin daripada Jabatan Perubatan, Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM).

Kajian membuktikan bahawa ketika Ramadan, komplikasi akut dalam kalangan penghidap diabetes meningkat sebanyak 50 peratus disebabkan paras gula dalam darah jatuh di bawah paras yang wajar (hypoglycemia) atau meningkat di atas paras yang wajar (hyperglycemia).

Mereka dengan keadaan diabetes tidak terkawal menghadapi risiko komplikasi yang mungkin membawa kematian dalam kes yang teruk.

"Adalah menyedihkan apabila melihat walaupun sistem penjagaan kesihatan kita maju, namun dari segi kawalan diabetes kita hanya setara dengan negara seperti Bangladesh," katanya.

Panduan, pemantauan untuk berpuasa

Namun, Dr Nor Azmi berkata, Malaysia menyaksikan peratusan tertinggi penghidap diabetes Islam menjalani ibadah puasa sekurang-kurangnya lebih daripada sehari ketika Ramadan.

"Daripada peratusan ini 92 peratus daripada penghidap diabetes 'type one' (DT1) dan 95 peratus daripada penghidap diabetes 'type two' (DT2) berpuasa.

"Kajian yang sama juga menunjukkan bahawa hanya 79 peratus daripada pesakit DT1 dan 51 peratus daripada pesakit DT2 menerima panduan khas atau syor-syor daripada doktor dalam menjalani ibadah Ramadan," katanya.

Bersama panduan dan pemantauan yang wajar, lebih ramai umat Islam, yang menghidap diabetes, bo-



Kempen Ramadan 2013 kepada penghidap diabetes menerusi aplikasi diperkenalkan MSD.



Bertindak sekarang!!

Ubahlah gaya hidup anda ke arah yang lebih sihat dan bergas

Capri dan buatkan beral balan unggul



Apakah diabetes?

Diabetes merupakan penyakit kronik yang membawa kepada komplikasi seperti kegagalan fungsi buah pinggang, strok, buta dan gangren.

Diabetes tidak boleh disembuhkan tetapi boleh dikawal melalui amalan pemakanan yang sihat dan berseman.



Antara makanan sesuai untuk pesakit diabetes

Pengunjung menyertai Kem Perangi Diabetes menjalani ujian darah.

FAKTA NOMBOR

50 peratus

peningkatan komplikasi akut penghidap diabetes disebabkan paras gula dalam darah jatuh di bawah paras yang wajar (hypoglycemia) atau meningkat atas paras yang wajar (hyperglycemia)



leh berpuasa dengan selamat dan untuk lebih banyak hari lagi.

Memandangkan cabaran unik yang dihadapi hampir 50 juta umat Islam di seluruh dunia dalam menunaikan ibadah puasa, syarikat penjagaan kesihatan MSD baru-baru ini memperkenalkan dua kaedah bagi penghidap diabetes memantau status mereka ketika berpuasa.

Kaedah pertama ialah buku kecil bertajuk 'The Facts about Fasting During Ramadan' (Fakta Mengenai Berpuasa Semasa Ramadan), yang pertama kali diperkenalkan pada 2011.

Buku 15 muka surat itu memperincikan langkah penting dalam berpuasa, tip persiapan bagi berpuasa, jadual untuk menjejaki paras gula dalam darah harian dan kalendar untuk merekodkan waktu solat dan berbuka.

Ia boleh didapati di semua pejabat Persatuan Diabetes Malaysia di seluruh negara dan kebanyakan klinik, hospital dan farmasi.

Aplikasi mudahalih MSD Apple

Kaedah kedua ialah aplikasi mudahalih MSD Apple bagi peranti pintar yang diperkenalkan pada 2012 dengan kandungan aplikasi itu mirip buku pan-

duan tadi selain ciri interaktifnya.

Aplikasi dimuat turun secara percuma

Aplikasi ini serasi dengan peranti jenama Apple, khususnya iPhone, iPod Touch serta iPad dan boleh dimuat turun secara percuma melalui iTunes App Store.

"Menggunakan kuasa jangkauan luas teknologi mudah alih, MSD membantu orang Islam dengan diabetes DT2," kata Annie Chin, Pengarah Urusan MSD.

Menarik sekali, data yang disimpan dalam fungsi penjejak paras gula dalam darah dalam aplikasi itu boleh dikongsi pada skrin dengan doktor.

Selain itu, ia juga boleh disimpan dalam format PDF dan di e-mel kepada doktor untuk dipantau.

Lagipun, aplikasi ini juga menunjukkan waktu solat dan berbuka mengikut lokasi pengguna.

Maka dengan status diabetes mereka di hujung jari, umat Islam yang menghidap diabetes kini boleh berpuasa dengan lebih yakin lagi.

BERNAMA



Penulis

ialah pensyarah kanan Program Komunikasi Universiti Sains Islam Malaysia