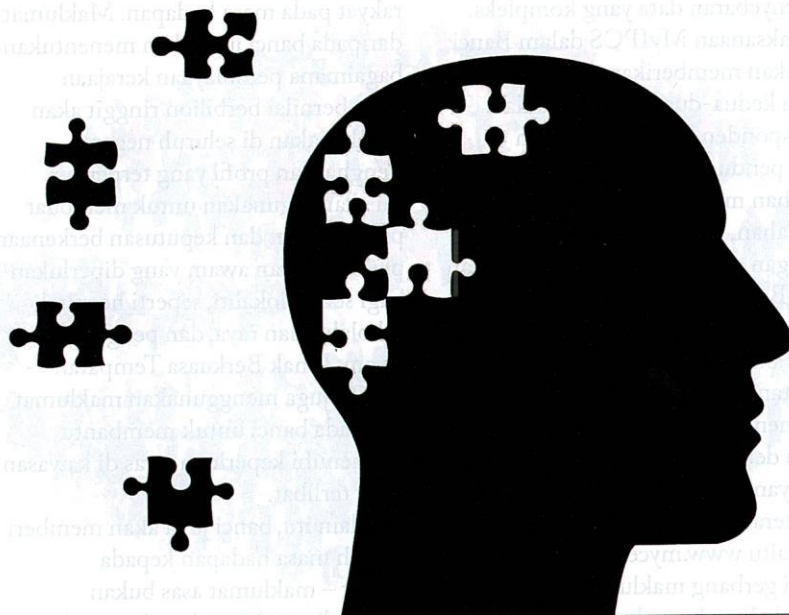


Alzheimer Penuaan Normal atau Sebaliknya?

"AYAH kerap bercerita tentang perkara yang sama berkali-kali. Ada kalanya, terdapat hari yang dia bersiap-siap pada waktu pagi dan katanya hendak pergi ke pejabat, sedangkan ayah sudah pencen lima tahun yang lalu!", luah Saiful Azmir kepada penulis.



Menurut Saiful, bapanya yang berusia 65 tahun itu merupakan seorang pesara kerajaan yang mempunyai fizikal yang sihat, tetapi kerap lupa dan hilang ingatan. Biarpun baharu bercakap dengannya, namun bapanya kerap mengulangi pertanyaan yang sama, dan ada kalanya Saiful kurang faham apa-apa yang cuba dipertuturkan oleh bapanya. Jelas Saiful lagi, jika dia mula bertanya kembali apa-apa yang cuba ditanyakan oleh bapanya itu, secara tidak langsung emosi bapanya mudah berubah dan menjadi begitu sensitif. Risau akan perubahan ketara bapanya, Saiful membuat keputusan untuk membawa bapanya berjumpa dengan doktor. Setelah didiagnos, bapanya didapati menghidap penyakit Alzheimer!

Alzheimer merupakan sejenis penyakit di bahagian otak yang menyebabkan berlakunya komplikasi pada daya ingatan, pemikiran dan tingkah laku seseorang. Penyakit ini bukanlah suatu proses normal yang lazimnya dilalui golongan warga emas. Situasi pesakit Alzheimer akan menjadi lebih parah apabila keadaan otaknya menjadi semakin kecut.

Selain itu, penyakit tersebut akan mengakibatkan kemerosotan yang berterusan dalam kemahiran berfikir, tingkah laku dan sosial yang mengganggu keupayaan seseorang berfungsi secara bebas yang biasanya dikaitkan dengan anggapan masyarakat sebagai "sakit nyanyuk". Petanda awal yang mudah dikenal pasti berkaitan penyakit tersebut ialah pesakit mudah terlupa tentang sesuatu peristiwa mahupun topik perbualan yang baharu sahaja berlaku, dan kesan yang paling ketara apabila seseorang itu mula mengalami masalah ingatan yang serius sehingga menjejaskan aktiviti hariannya.

Di luar negara, penyakit Alzheimer dianggap sebagai penyakit serius yang harus ditangani. Malah, bekas Presiden Amerika Syarikat, Ronald Reagan dan bekas Perdana Menteri Britain, Margaret Thatcher, merupakan antara pemimpin tertinggi dunia yang menghidap Alzheimer. Data yang dikeluarkan oleh Persekutuan Pertubuhan Penyakit Alzheimer Antarabangsa (ADI), menunjukkan bahawa pesakit Alzheimer di seluruh dunia dijangka meningkat daripada

35.6 juta orang pada tahun 2010 kepada 65.7 juta orang (2030) dan sebanyak 115.4 juta orang (2050).

Pada tahun 2020, Malaysia mempunyai sebanyak 3.4 juta warga emas atau hampir 11 peratus daripada populasi dalam negara. Hal ini bermakna, satu daripada 10 orang penduduk merupakan individu yang berumur lebih 60 tahun. Kini, kira-kira 50 ribu warga emas di negara ini menghidap penyakit Alzheimer. Walau bagaimanapun, kebanyakan mereka tidak didiagnos kerana ahli keluarga berfikir bahawa perkara tersebut hanyalah proses penuaan normal. Oleh hal yang demikian mereka tidak mendapatkan nasihat perubatan mengenainya.

Biarpun risiko penyakit Alzheimer meningkat pada lewat usia, tetapi banyak penyelidik percaya bahawa Alzheimer bukan sebahagian daripada penuaan normal. Menurut Timbalan Pengarah Institut Penuaan Malaysia, Universiti Putra Malaysia (UPM), Profesor Madya Dr. Rahimah, keupayaan mental yang terjejas teruk menyebabkan pesakit sukar menjalani kehidupan seharian dan memerlukan

penjaga untuk mengawasi dan menguruskan keperluan mereka untuk jangka masa panjang.

Penyakit Alzheimer mempunyai beberapa tahap. Tahap pertama ialah Alzheimer tahap ringan yang biasanya melibatkan perbuatan berulang-ulang bercakap perkara yang sama, mengalami masalah mencari perkataan, nama dan objek dan sering menghilangkan barang. Bagi tahap sederhana pula, pesakit mudah hilang arah, walaupun berada di tempat yang biasa mereka berada, serta seringkali memerlukan bantuan untuk tugas harian seperti memakai baju dan membersihkan diri. Seterusnya, tahap yang teruk pula, pesakit memerlukan bantuan sepenuhnya kerana pesakit sudah tidak dapat memahami perkataan yang biasa digunakan dan tidak mampu untuk menjaga diri sendiri lagi.

Selain itu, penjaga juga boleh terdedah kepada insiden kecederaan apabila terdapat warga emas yang mula menunjukkan perlakuan yang lebih agresif. Hal ini secara tidak langsung turut memberikan tekanan kepada penjaga dan kebanyakan daripada mereka tidak mengetahui bagaimana untuk menghadapi tekanan tersebut. Perubahan perwatakan warga emas tersebut boleh menimbulkan kekeliruan dan tekanan kepada penjaga sehingga ada penjaga yang terpaksa mengambil ubat penenang gara-gara mahu menguruskan kerenah warga emas yang menghidap penyakit ini.

Menurut laporan kajian yang dijalankan oleh Ketua Profesor Neurologi dan Pengarah Program Gangguan Ingatan Georgetown University Medical Center, Washington, Amerika Syarikat, Dr. R. Scott Turneroleh, penjaga atau ahli keluarga perlu mendapatkan maklumat secukupnya berhubung dengan pengurusan pesakit, terutamanya kaedah untuk memudahkan mereka mengurus dan mengurangkan tekanan kepada pesakit.

Tatacara menguruskan pesakit Alzheimer tidak sama seperti

menguruskan warga emas yang normal, dan setakat ini penyakit ini tiada penawarnya. Pada 21 September setiap tahun, Hari Alzheimer disambut di seluruh dunia bagi meningkatkan kesedaran mengenai penyakit ini. Walaupun penyakit Alzheimer dikesan sejak 100 tahun yang lalu, tetapi kebanyakan penyelidik masih belum menemukan penawar untuk melawan penyakit ini. Sepertimana yang dinyatakan, Malaysia dijangka akan menjadi negara tua menjelang tahun 2030 apabila penduduk yang berusia 60 tahun ke atas mencapai 15 peratus daripada jumlah penduduk, namun Malaysia masih belum mempunyai Pelan Demensia Kebangsaan. Pelan ini merupakan persediaan dari segi polisi, rangka kerja, perancangan dan pelan tindakan apabila penduduknya yang berusia berhadapan dengan pelbagai risiko penyakit.

Menurut Pengarah Institut Penyelidikan Penuaan Malaysia, UPM, Profesor Madya Ir. Dr. Siti Anom Ahmad, pihaknya amat menyokong penubuhan Pelan Demensia Kebangsaan dalam menangani krisis kesihatan utama pada abad ke-21. Oleh itu, beliau menyeru kerajaan untuk menetapkan sasaran dan rangka tindakan pelaksanaan pelan ini dalam menekankan demensia sebagai satu daripada keutamaan dalam kesihatan awam. Tegas beliau lagi, pelan ini tidak semestinya sesuatu yang baharu, namun memadai dengan langkah awal menambah baik atau menyelaraskan program yang sedia ada menerusi kerjasama sektor awam dan swasta.

Menurutnya lagi, Pelan Demensia Kebangsaan tersebut akan membantu golongan pertengahan usia yang mempunyai komitmen, bukan sahaja membesarkan anak-anak, tetapi juga menjaga ibu bapa mereka yang menghidap penyakit Alzheimer. Insurans penjagaan jangka panjang juga akan dapat membantu dari segi kaedah pembiayaan. Selain itu, beliau

turut menyarankan agar penjaga perlu dibekalkan ilmu untuk merancang rutin harian dan stimulasi mental serta mengalih perhatian pesakit. Pada masa sama, beliau turut mencadangkan supaya pihak berkaitan dapat mempertingkatkan program kesedaran berkaitan penyakit Alzheimer dan teknik penjagaan warga emas, termasuk di kawasan luar bandar.

Terdapat kajian yang menunjukkan bahawa demensia (penyakit yang disebabkan gangguan keupayaan kognitif yang mengakibatkan kemerosotan daya ingatan, daya berfikir, daya merancang dan penjagaan sendiri) akan memberi impak kepada tenaga buruh negara apabila dianggarkan tiga orang atau penjaga akan terkesan akibat berhadapan dengan pesakit Alzheimer. Oleh hal yang demikian, menurut Ketua Pengarah Kesihatan Malaysia, Tan Sri Dr. Noor Hisham Abdullah, menerusi kenyataan terbuka yang dibuat di laman sosial beliau, KKM sedang membangunkan Pelan Tindakan Demensia 2021-2030 yang akan memperkukuh penyampaian perkhidmatan kesihatan bagi demensia secara holistik.

Bagi meningkatkan liputan rawatan, KKM juga telah mewujudkan Memory Clinic di semua hospital yang mempunyai akses kepada penjagaan geriatrik dan klinik ini akan diperluaskan secara berperingkat. Selain itu, KKM akan terus menjalinkan kerjasama dengan agensi kerajaan dan badan bukan kerajaan dalam melaksanakan langkah menangani isu berkaitan penyakit Alzheimer. Namun begitu, setiap lapisan masyarakat dan individu juga hendaklah memainkan peranan masing-masing untuk memberikan sokongan dan bimbingan kepada pesakit Alzheimer, keluarga dan penjaga mereka. □