

1.6 juta lelaki bawah 30 tahun alami mati pucuk

Oleh **FAHMI FAIZ**

utusannews@mediamulia.com.my

PETALING JAYA: Hampir 40 peratus atau kira-kira 1.6 juta lelaki muda berusia bawah 30 tahun di negara ini mengalami masalah mati pucuk, malah ia turut dikaitkan dengan penyakit yang semakin menular dalam kalangan muda-mudi seperti diabetes dan obesiti.

Bercakap kepada *Utusan Malaysia*, Pakar Perunding Perubatan Keluarga, Fakulti Perubatan Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM), Prof. Madya. Dr. Saharuddin Ahmad berkata, kebanyakan mereka yang mengalami masalah itu dipengaruhi gaya hidup yang tidak sihat dalam kalangan rakyat Malaysia.

Bersambung di muka 2

1.6 juta lelaki bawah 30 tahun alami mati pucuk

Dari muka 1

“Sebanyak 36.9 peratus lelaki berumur 18-29 tahun dikesan mengalami masalah mati pucuk.

“Namun begitu, masalah sakit tuan ini meningkat sekiranya individu lelaki dewasa turut menghidap penyakit kardiometabolik seperti diabetes, obesiti, kolesterol tinggi atau darah tinggi,” katanya di sini.

Menurut Saharuddin, data 2019 juga mendapati 30 peratus daripada lelaki dewasa di negara ini mengalami masalah sama, malah statistik itu lebih membimbangkan apabila membabitkan golongan berusia lebih 60 tahun serta yang menghidap diabetes.

“Menurut laporan *National Health and Morbidity Survey (NHMS)* 2019 yang dikeluarkan Kementerian Kesihatan Malaysia menunjukkan setiap tiga daripada 10 lelaki dewasa 18 tahun ke atas di negara ini mengalami masalah mati pucuk.

“Didapati 64.1 peratus daripada mereka yang berumur 60 tahun ke atas mengalami masalah ini manakala kira-kira 80 peratus daripada pesakit diabetes lelaki di negara ini turut mengalaminya,” katanya.

Katanya, kes mati pucuk berkait dengan cara hidup yang tidak sihat yang dikaitkan dengan kolesterol.

“Lelaki yang berusia, berpenyakit diabetes, darah tinggi, mempunyai kandungan kolesterol yang tidak terkawal dan penyakit jantung mempuny-



MASALAH mati pucuk masih boleh dirawat melalui ubat-ubatan dan amalan gaya hidup sihat. - GAMBAR HIASAN

nyai risiko yang tinggi.

“Pesakit yang mengalami penyakit saraf seperti angin ahmar, parkinson dan masalah saraf tunjang juga mudah mendapat masalah serupa. Tidak dinafikan juga mati pucuk boleh berpunca dari ubat-ubatan bagi merawat penyakit tekanan darah tinggi,” katanya.

Beliau berkata, masalah kemurungan dan pengambilan ubat untuk merawat penyakit psikiatri juga berisiko.

“Masalah kekurangan hormon lelaki iaitu testosteron juga boleh menyumbang kepada kes yang sama,” katanya.

Bagaimanapun, kata Saharuddin, lelaki yang mengalami masalah kelelakian masih mempunyai peluang dirawat.

“Mati pucuk boleh dirawat melalui ubat-ubatan yang selalunya perlu diambil secara oral sebelum melakukan hubungan kelamin.

“Namun begitu, pesakit perlu menjalani penilaian yang rapi dari doktor bagi menentukan tahap keselamatan pengambilan ubat tersebut. Selain itu, terdapat kaedah pemberian ubat suntikan bagi mengatasi masalah kaum lelaki ini.

“Secara umum, bagi mencegahnya, setiap individu digalakkan untuk mengamalkan cara hidup yang sihat dengan mengekalkan berat badan yang sesuai, mengelakkan dari merokok serta melakukan aktiviti senaman yang mencukupi,” katanya.