

Sesi kaunseling PPUKM kawal masalah kemurungan

► Teluk Intan

Kira-kira 30 peratus penduduk luar bandar di utara Semenanjung Malaysia yang berhadapan masalah kemurungan secara terkawal pulih semula selepas menjalani sesi kaunseling.

Pensyarah Jabatan Kesihatan Masyarakat Pusat Perubatan Universiti Kebangsaan Malaysia (PPUKM), Dr Madihah Mustafa, sesi rundingan bersama pakar kesihatan membolehkan mereka hidup lebih sempurna selepas itu.

“Sebahagian besar daripada responden di Kedah dan Perlis yang mengalami masalah kemurungan adalah dalam kalangan warga emas.

“Empat faktor berlaku kemurungan dalam kalangan mereka iaitu, hidup bersendirian, menghadapi masalah kewangan, terasa

“
Sebahagian besar responden yang mengalami masalah kemurungan adalah dalam kalangan warga emas”

Dr Madihah Mustafa,
Pensyarah Jabatan Kesihatan Masyarakat PPUKM

daripada keluarga dan sering dilanda kegelisahan,” katanya.

Kaunseling berperingkat

Dr Madihah berkata demikian selepas mengadakan sesi penyelidikan membabitkan penduduk Kampung Selabak, dekat sini, baru-baru ini.

Katanya, pengesanan awal dan rawatan yang betul membantu mengurangkan masalah kemurungan dan dapat meningkatkan kualiti hidup terutama dalam kalangan warga emas.

Perkasa kesihatan mental

Menjadi matlamat PPUKM menerusi penyelidikan ini untuk memperkasakan kesihatan mental golongan sasaran.

Sementara itu, seorang penduduk, Mohd Zain Yunus, 78, berkata, kaji selidik ini penting untuk mengesan tahap kesihatan mental masyarakat terutama dalam kalangan warga emas sepertinya.

Kajian ini kata beliau, memberi peluang penduduk mengenal pasti tahap kemurungan dan sedia menjalani sesi kaunseling untuk menikmati kehidupan lebih sempurna.



Dr Madihah (kanan) bertanya soalan kepada seorang warga emas ketika **mengadakan kaji selidik mengesan tahap kesihatan mental** membabitkan penduduk Kampung Selabak, Teluk Intan, baru-baru ini.

[FOTO ABU BAKAR SIDEK/BH]