



# Persatuan Pengguna Pulau Pinang Consumers Association of Penang

檳城消費人協會 பிளாங்கு பயனீட்டாளர் சங்கம்

Websites:  
[www.consumer.org.my](http://www.consumer.org.my)

10 Jalan Masjid Negeri, 11600 Pulau Pinang, Malaysia  
Tel: 604-8299511 Fax: 604-8298109  
email: [consumerofpenang@gmail.com](mailto:consumerofpenang@gmail.com)

**Kenyataan Akhbar**

**30 Mei 2018**

## **ULASAN CAP SEIKHLAS HATI MENGENAI MEROKOK**

Sempena dengan deklarasi Pertubuhan Kesihatan Sedunia (WHO) bahawa tema untuk Hari Tanpa Tembakau Sedunia (WNTD) pada 31 Mei ialah “Tembakau dan Penyakit Jantung”, Persatuan Pengguna Pulau Pinang (CAP) sekali lagi menggesa orang ramai supaya berhenti merokok. Bagi yang tidak merokok, jangan biarkan diri anda dipengaruhi dengan tabiat yang menagihkan itu. Ia tidak berguna sama sekali.

Merokok adalah penyebab utama pelbagai keadaan perubatan seperti kanser, penyakit kardiovaskular dan diabetes di seluruh dunia. Ini merupakan sebahagian kecil daripada perkara yang lebih besar memandangkan penyakit berkaitan merokok merupakan penyebab kepada kira-kira 20,000 kematian di Malaysia setiap tahun.

Bayangkanlah ia bersamaan kepada 444 bas persiaran yang dipenuhi dengan 45 penumpang mengalami kemalangan tanpa seorang pun selamat dalam setahun. Ia juga sama dengan sebuah bas terlibat dalam kemalangan sehari selama empat hari dan dua bas mengalami kemalangan pada setiap hari kelima; perkara ini berulang bagi setahun penuh. Itulah bilangan rakyat Malaysia yang mati akibat merokok setiap tahun.

Jika terdapat laporan berita kemalangan bas, media berita akan dipenuhi dengan surat dan ulasan daripada orang ramai tetapi kematian 20,000 rakyat Malaysia setiap tahun hanya menjadi satu perangkaan sahaja. Kita gagal untuk menghapuskan kematian yang boleh dicegah.

Dalam gaya “Malaysia Boleh”, penyakit jantung koronari (CHD) direkodkan sebagai pembunuh utama sejak 2007 di hospital awam. Perangkaan ini amat membimbangkan kerana penyakit kardiovaskular (terutama sekali CHD dan Strok) merupakan 24.7 peratus kematian di hospital awam dan swasta pada 2013. Lebih daripada suku (38 peratus) pesakit mengalami Sindrom Koronari Akut (ACS) adalah perokok.

Merokok melangkaui membelanjakan wang hasil titik peluh untuk tabiat tidak produktif yang amat menagihkan; ia melibatkan penyedutan lebih daripada 4,000 bahan kimia ke dalam paru-paru yang kemudiannya diserap ke dalam tubuh, menyebabkan sebilangan besar masalah kesihatan berkaitan yang serius. Pendedahan kepada asap rokok yang berupa pencemaran udara yang biasa, boleh juga menyebabkan penyakit berkaitan merokok termasuk CHD kepada bukan perokok.

Didapati perokok juga hampir dua kali cenderung untuk mengalami serangan jantung berbanding bukan perokok. Salah satu sebab ialah karbon monoksida dalam asap tembakau mengurangkan oksigen darah dan ini bermakna jantung perlu mengepam dengan lebih kuat untuk membekalkan tubuh dengan oksigen yang diperlukan.

Tambahan pula, merokok merosakkan lapisan arteri, mengakibatkan pengumpulan bahan berlemak (atheroma) dengan itu menyempitkan arteri yang boleh menyebabkan angina, serangan jantung atau strok.

Nikotina, bahan kimia yang ditemui secara semula jadi dalam tembakau, menagihkan seperti heroin atau kokaina dan ia menyumbang kepada merangsang tubuh untuk menghasilkan adrenalin, menyebabkan kadar jantung berdenyut dengan lebih laju. Tekanan darah meningkat apabila jantung berdenyut dengan laju, dengan itu mencetuskan jantung untuk bekerja dengan lebih kuat.

Berhenti merokok merupakan hanya satu cara untuk mengurangkan risiko penyakit jantung koronari, strok, dan pelbagai jenis kanser. Perokok hampir dua kali lebih cenderung mengalami serangan jantung berbanding mereka yang tidak pernah merokok.

Kami berharap Kementerian Kewangan dan Kesihatan yang baharu akan meneliti untuk memperkenalkan kadar cukai tembakau yang lebih tinggi, memperkenalkan kotak rokok kosong, dan menarik balik konsesi bebas cukai untuk semua produk tembakau.

**S. M. Mohamed Idris**  
**Presiden**  
**Persatuan Pengguna Pulau Pinang**