



Persatuan Pengguna Pulau Pinang Consumers Association of Penang

檳城消費人協會 பினாங்கு பயனீட்டாளர் சங்கம்

10 Jalan Masjid Negeri, 11600 Pulau Pinang, Malaysia
Tel: 604-8299511
email: consumerofpenang@gmail.com

Website: (English, BM, Chinese & Tamil)
<https://consumer.org.my>

facebook.com/ConsumerAssociationPenang

twitter.com/consumer_penang

instagram.com/consumer_penang

Surat Kepada Pengarang

6 Mac 2026

Tuberkulosis (TB): Apa yang Pengguna Perlu Tahu?

Persatuan Pengguna Pulau Pinang (CAP) menggesa pengguna untuk mengelakkan ruang yang sesak, tertutup dan kurang pengudaraan, kerana ini meningkatkan risiko penularan Tuberkulosis (TB) atau batuk kering.

Ini memandangkan kemunculan semula TB di Malaysia baru-baru ini. TB adalah penyakit berjangkit bawaan udara yang disebabkan oleh bakteria yang dipanggil *Mycobacterium tuberculosis*. Ia paling kerap menjejaskan paru-paru tetapi boleh menjejaskan hampir mana-mana tisu atau organ dalam tubuh.

Apabila paru-paru dijangkiti, gejala yang mungkin berlaku termasuklah batuk dan demam yang berterusan, batuk berdarah, berpeluh pada waktu malam, dan penurunan berat badan.

Penyakit ini merebak melalui udara dari satu orang ke orang lain. Bakteria TB dilepaskan ke udara apabila seseorang yang menghidap penyakit batuk, bercakap, atau bersin.

Bakteria TB boleh kekal di udara selama beberapa jam, bergantung kepada persekitaran. Ia lebih berkemungkinan merebak di kawasan dalaman atau tempat lain yang mempunyai peredaran udara yang lemah, seperti kenderaan tertutup, berbanding di kawasan luar.

Individu yang menghidu bakteria ini mungkin dijangkiti TB. Walau bagaimanapun, tidak semua orang yang dijangkiti bakteria TB menjadi sakit. Akibatnya, dua keadaan berkaitan TB wujud: TB tidak aktif dan penyakit TB aktif.

Orang yang mempunyai penyakit TB aktif berkemungkinan besar menyebarkan kuman TB kepada mereka yang menghabiskan masa bersama mereka, seperti ahli keluarga, rakan, rakan sekerja atau rakan sekolah.

Menurut pakar kesihatan, bakteria TB yang tidak aktif atau terpendam boleh diaktifkan semula disebabkan oleh penurunan imuniti yang datang dengan penuaan, serta pendedahan kepada penyakit dan rawatan lain yang menjejaskan imuniti. Covid 19 boleh meningkatkan kerentanan kepada TB jika ia menyebabkan sisa kecederaan paru-paru selepas jangkitan awal.

Ia mungkin kedengaran seperti penyakit masa lalu, tetapi batuk kering, atau TB, kekal menjadi kebimbangan sebenar hari ini. Seperti kata pepatah lama, mencegah lebih baik daripada mengubati. Dalam erti kata lain, cara terbaik untuk kekal sihat adalah dengan mengelak daripada jatuh sakit.

Memandangkan keadaan sekarang, pengguna digalakkan untuk menjalani saringan awal untuk TB dan mengamalkan gaya hidup sihat untuk mengekalkan imuniti optimum dan mencegah penyakit berjangkit ini.

Mohideen Abdul Kader
Presiden
Persatuan Pengguna Pulau Pinang (CAP)