

Jerebu: Golongan berisiko perlu lebih berwaspada - UMS



Bernama
09/09/2026 | 04:30 MYT



HELP IDENTIFY **MALAYSIANS' FAVOURITE BRANDS** FOR PUTRA BRAND AWARDS 2026

[Cast Your Vote Now](#)



Golongan berisiko termasuk kanak-kanak, warga emas, wanita hamil serta individu yang mempunyai asma dan penyakit jantung perlu lebih berwaspada susulan jerebu ketika ini. - Gambar hiasan/ Bernama

KOTA KINABALU: Golongan berisiko termasuk kanak-kanak, warga emas, wanita hamil serta individu yang mempunyai asma dan penyakit jantung perlu lebih berwaspada susulan jerebu ketika ini, kata Timbalan Dekan (Penyelidikan dan Inovasi) Fakulti Perubatan dan Sains Kesihatan (FPSK), Universiti Malaysia Sabah (UMS), Prof Madya Dr Syed Sharizman Syed Abdul Rahim.

Beliau yang juga pakar kesihatan awam berkata, jerebu mengandungi banyak bahan pencemar termasuk gas beracun seperti sulfur dioksida dan nitrogen dioksida yang boleh memberi kesan kepada kesihatan manusia.

“Antara kesan yang sering berlaku adalah melibatkan sistem pernafasan, iaitu individu yang mempunyai masalah seperti asma boleh mengalami gejala yang lebih teruk seperti batuk, sesak nafas dan hidung tersumbat,” katanya dalam kenyataan, di sini, pada Selasa.

Dr Syed Sharizman berkata, jerebu turut boleh menjejaskan bahagian tubuh lain termasuk jantung, kulit dan mata selain risiko masalah kulit seperti kegatalan dan jerawat, mata kering atau ketidakselesaan akibat pencemaran udara serta cuaca panas.

Beliau berkata, individu yang bekerja di luar juga berisiko kerana mereka lebih terdedah kepada pencemaran udara, oleh itu penggunaan pelitup muka seperti N95 disarankan kerana zarah halus boleh menembusi pelitup muka biasa sekiranya tidak menggunakan perlindungan yang sesuai.

Katanya, individu yang mempunyai penyakit seperti asma dinasihatkan supaya memastikan ubat dan *inhaler* atau alat sedut sentiasa tersedia bagi menghadapi kemungkinan serangan atau gejala yang berlaku secara tiba-tiba.

“Individu yang mengalami sesak nafas berterusan atau semakin teruk perlu segera mendapatkan rawatan di klinik atau hospital,” katanya sambil menasihatkan orang ramai mengurangkan aktiviti luar terutama apabila jerebu berlaku bersama cuaca panas yang boleh meningkatkan risiko terhadap kesihatan.