

# Isu kesihatan mental perlu ditangani oleh semua pihak: Dr Nicholas

NSR 2.9.2019 4

**KOTA KINABALU:** Seorang pensyarah Universiti Malaysia Sabah (UMS) kelmarin menyarankan semua pihak agar menangani masalah kesihatan mental di kalangan masyarakat dengan mengesan dan mencegah masalah itu diperingkat awal.

Pensyarah Fakulti Perubatan dan Sains Kesihatan UMS, Dr Nicholas Pang Tze Ping berkata isu kesihatan mental boleh terdiri daripada tekanan ringani sehingga penyakit mental yang teruk dan terdapat banyak intervensi psikologi yang sangat berkesan yang boleh digunakan untuk membantu orang mengatasi keadaan yang tertekan.

"Ini akan membantu kita sebagai anggota masyarakat mengalih tumpuan daripada penyakit mental kepada mental yang sihat. Daripada hanya bertindak terhadap orang yang mengalami masalah kesihatan mental, lebih elok sekiranya kaedah yang ada digunakan bagi memupuk mental yang sihat di kalangan masyarakat." katanya dalam satu kenyataan di sini, kelmarin.

Beliau berkata Kajian Kesihatan dan Morbiditi Kebangsaan 2015 mendapati bahawa 29.2 peratus rakyat Malaysia mengalami tekanan atau masalah kesihatan mental dan Sabah mencatatkan 42.9 peratus rakyatnya mengalami tekanan atau masalah kesihatan mental berbanding 39.8 peratus di Kuala Lumpur dan 39.1 peratus di Kelantan.

"Oleh itu adalah sangat penting kita tidak hanya fokus kepada angka dan menumpukan tenaga untuk sama-sama berusaha menangani isu ini," katanya dan menambah bahawa ini memerlukan kajian mendalam oleh universiti dan sektor penjagaan kesihatan.

Dr Nicholas, yang juga Timbalan Pengerusi Persidangan Kualiti Hidup Borneo 2019 berkata, UMS berikrar sebagai sebuah institusi akademik untuk menjadi kumpulan pemikir yang bertanggungjawab dan bersungguh-sungguh dalam melaksanakan projek kesihatan mental dan menjalankan penyelidikan yang berkualiti seperti yang diberi tanggungjawab oleh kerajaan Sabah. -Bernama