

PKD KULAI

BULETIN 2022



Keprihatinan Kesihatan
Kesejahteraan Komuniti

SIDANG REDAKSI BULETIN PKD KULAI 2022

Isi Kandungan

Sekapur Sirih	02
Program Pengukuhan Nilai-Nilai Murni	03
Program Kecergasan Fizikal	04
Kembara 710 Merdeka	05
Pertandingan Keceriaan Klinik	06
Penyertaan Program Peringkat Daerah	07
Program dan Sambutan	08
Kursus dan Bengkel	15
Saringan Kesihatan	18
Majlis APC	19
Info	20
Menyantun Kasih	21

Penasihat



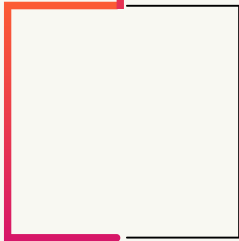
Dr Hjh Faridah Binti Hj Ali

Pengerusi



Dr Nuzidah Binti Jumaat

Setiausaha



Pn Owing Kim Buan

Ketua Pengarang



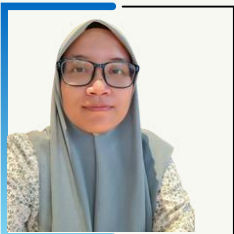
Pn Suzaimahanim Binti Othman

Penolong Ketua Pengarang



Pn Nurul Ain Binti Zainal Abidin

Editor



Dr Nur Liyana Binti Md Raduwan



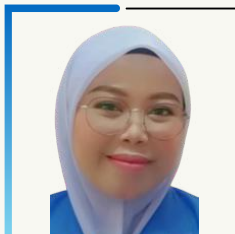
Pn Nadia Farhana Binti Ismail



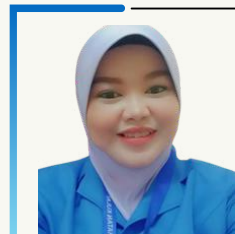
Dr Mohamad Afiq Bin Abd Latif



Pn Najla Binti Mohd Kamil



Matron Siti Aisyah Binti Bachok



Pn Lizal Binti Md Jusoh



Haji Faizal Bin Kamarudin

Promosi dan Grafik



Cik Nurul Raihana Binti Mohammad Salleh



En Mohd Tarmizi Bin Mohd Najib

Sekapur Sireh



Assalamualaikum dan Selamat Sejahtera.

Alhamdulillah, setinggi-tinggi kesyukuran dipanjatkan kepada Allah S.W.T kerana dengan limpah kurnia serta izin-Nya terhasilah buletin Edisi 2022. Terlebih dahulu saya ingin mengucapkan sekalung tahniah kepada warga kerja Pejabat Kesihatan Daerah Kulai dalam mengharungi pandemik COVID-19. Fenomena COVID-19 telah banyak memberi pengajaran penting dalam pengurusan penjagaan kesihatan amnya dan membuatkan warga kerja berfikir diluar kotak seperti menggunakan teknologi digital sebagai alat komunikasi utama kepada masyarakat. Saya ingin mengucapkan tahniah kepada sidang redaksi buletin kerana berjaya menerbitkan Buletin Pejabat Kesihatan Daerah Kulai pada tahun 2022 dengan jayanya.

Tahniah dan syabas diucapkan kepada Sidang Editor dan semua warga kerja yang terlibat secara langsung atau tidak langsung dalam menerbitkan buletin ini. Penerbitan buletin ini dapat memberi publisiti terhadap segala aktiviti yang melibatkan warga kerja PKD Kulai. Ini menyerlahkan lagi idea, pencapaian kreativiti, dedikasi dan kerjasama yang sangat baik oleh warga kerja PKD Kulai.

Semoga dengan adanya buletin ini, ia dapat menjadi platform untuk berkogsi ilmu, pengetahuan, pengalaman, dan kepakaran kepada warga kerja PKD Kulai, pesakit dan masyarakat terutamanya dalam aspek kesihatan. Jesteru itu, saya menyokong usaha murni ini sebagai salah satu cara meningkatkan lagi imej Pejabat Kesihatan Daerah Kulai.

Akhir kata, semoga warga Pejabat Kesihatan Daerah Kulai terus menyerlah dan memberikan perkhidmatan yang terbaik kepada warga Kulai.

Sekian dan terima kasih.

DR HAJAH FARIDAH BINTI HAJI ALI
PEGAWAI KESIHATAN DAERAH KULAI

Assalamualaikum dan Selamat Sejahtera.

Alhamdulillah, syukur ke hadrat ilahi kerana akhirnya buletin PKD Kulai Edisi 2022 dapat juga diterbitkan. Walaupun tahun 2022 masih dihambat kes COVID-19, namun aktiviti yang dijalankan oleh warga kerja PKD Kulai masih lagi dapat dilaksanakan. Walaupun begitu, kaedah pelaksanaan adalah berlainan dimana penyesuaian perlu dititikberatkan dengan keadaan semasa sehinggalah pada bulan April 2022 dengan rasminya Malaysia berada di fasa Endemik COVID-19 dimana kebanyakan aktiviti kembali seperti biasa.

Buletin PKD Kulai hadir sekali lagi dengan perkongsian aktiviti menarik dijalankan oleh warga kerja PKD Kulai sepanjang tahun. Banyak aktiviti seperti webinar, bengkel dan karnival diadakan dan disertai oleh masyarakat dan warga kerja PKD Kulai. Aktiviti ini mendapat sambutan yang sangat menggalakkan oleh para peserta.

Semoga bahan bacaan ini memberikan manfaat dan info yang berguna kepada pembaca. Diharapkan agar bahan bacaan ini masih lagi relevan dan dapat diterbitkan pada masa akan datang. Sesungguhnya yang baik itu datangnya dari Allah Taala, dan yang buruk itu adalah kelemahan kami.

Sekian, terima kasih

PUAN SUZAIMAHANIM BINTI OTHMAN
KETUA EDITOR



PROGRAM PENGUKUHAN NILAI-NILAI MURNI

BENKEL TRANSFORMASI KEPIMPINAN DAN PENGUKUHAN PASUKAN

Telah diadakan pada 16 hingga 18 Mac 2022 di Tropical Fruit Farm Melaka. Bengkel ini melibatkan semua ketua unit, penyelia dan anggota-anggota *senior* yang terpilih dengan tujuan untuk membentuk dan mengukuhkan ciri-ciri kepimpinan dalam diri supaya lebih yakin dan komited dalam menggalas tanggungjawab sebagai seorang ketua dan pemimpin.



PROGRAM NAFAS BARU RAMADAN



PROGRAM SUMBANGAN KASIH RAMADAN



PROGRAM KHATAM AL-QURAN



PROGRAM SEMARAK BULAN RAMADAN

Program Semarak Ramadan 1443H adalah acara tahunan disambut di peringkat PKD dalam usaha mengimarahkan bulan yang penuh keberkatan. Pelbagai program disediakan untuk memberi kesedaran dan keinsafan, penghargaan dan sumbangan kepada anggota dan warga yang memerlukan serta mengukuhkan penghayatan ibadah puasa dan amalan-amalan yang baik dalam bulan Ramadan.



PROGRAM EDARAN BUBUR LAMBUK DAN KIT RAYA



PROGRAM MAULIDUR RASUL

Program Sambutan Maulidur Rasul telah diadakan pada 10 November 2022, majlis telah diserikan dengan kehadiran pelajar dari Pusat Tahfiz Al Ihsan Johor.

PROGRAM KECERGASAN FIZIKAL

PENDAKIAN BUKIT

Pendakian Bukit Mor dan Bukit Sireh Nusajaya menguji ketahanan fizikal dan mental. Kemampuan melakukan aktiviti pendakian memberi kepuasan dan mengekalkan tahap kecergasan fizikal anggota.



BUKIT MOR - 30 JUN 2022



BUKIT SIREH - 22 JUN 2022



AKTIVITI KECERGASAN PAGI

Aktiviti kecergasan fizikal rutin setiap pagi Rabu di luar bangunan pejabat. Sasaran menurunkan berat badan sekurang-kurangnya 5% daripada berat badan asal dan mengekalkan tahap kesihatan.



TEMASYA SUKAN PKD 2022

Temasya Sukan PKD Kulai telah berlangsung pada bulan September hingga Oktober 2022 sempena Hari Sukan Negara. Kemuncak acara sukan telah disambut pada 27 Oktober 2022 di Hutan Bandar Putra melibatkan penyertaan dari seluruh anggota PKD Kulai. Semangat kesukanan dan persaingan yang hebat berjaya dipupuk dan diharapkan aktiviti dan semangat ini dapat dikekalkan di tahun-tahun yang akan datang.



AKTIVITI KEMBARA 710 MERDEKA



Ogos 2022 - Julungkalinya Aktiviti Kembara Bulan Kemerdekaan diadakan. Aktiviti ini disertakan dengan *walkabout* pencarian dan musnah tempat berisiko pembiakan nyamuk *Aedes* di kawasan perumahan yang berisiko demam denggi. Masyarakat amat digalakkan mengambil sedikit masa selama 10 minit seminggu (710) untuk melakukan pembersihan dan musnahkan tempat-tempat pembiakan nyamuk di sekitar rumah



11.8.2022
JALAN MATAHARI DAN
JALAN IRIS INDAH PURA



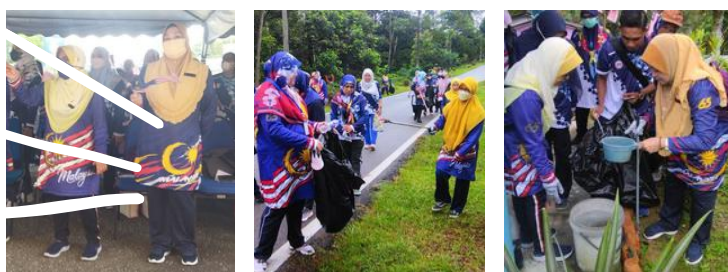
18.8.2022
JALAN CEMARA DAN
JALAN PIPIT BANDAR PUTRA



25.8.2022
TAMAN PUTRI FASA 10, 11
DAN APARTMENT ROSEVILLA



30.8.2022
FELDA BUKIT PERMAI



PERTANDINGAN KECERIAAN KLINIK

JUN – OGOS 2022

Program ini merupakan satu sokongan kepada kerajaan dalam kempen penanaman 100 juta pokok dan menghijaukan persekitaran tempat kerja selain itu ia juga bertujuan untuk memberi kesedaran kepada semua anggota tentang kepentingan menjaga dan menceriakan tempat kerja agar lebih menarik dan selesa serta dapat memberi perkhidmatan dengan lebih mesra.

Senarai Pemenang

Kategori KK : KK Kulai Besar

Kategori KD : KD Inas

Kategori KKOM : KKOM Taman Putri

Anugerah Inovasi : KK Kulai



PENYERTAAN PROGRAM DI PERINGKAT DAERAH KULAI

PERARAKAN HARI KEBANGSAAN TAHUN 2022 PERINGKAT DAERAH KULAI



SAMBUTAN MAULIDUR RASUL TAHUN 2022 PERINGKAT DAERAH KULAI



PERTANDINGAN PENCAHAYAAN, KECERIAAN DAN LANDSKAP BANGUNAN/PREMIS PERINGKAT DAERAH KULAI SEMPERA BULAN KEMERDEKAAN



**KK KULAI
TEMPAT KETIGA
KATEGORI BANGUNAN KERAJAAN
TAHNIAH !!!**

KARNIVAL SIHAT KELUARGA BAHAGIA KULAI 2022

5 November 2022 - Pejabat Kesihatan Daerah Kulai telah menganjurkan Karnival Sihat Keluarga Bahagia yang bertemakan 'Sihat Milik Semua' yang berlangsung di Dewan Semai Bakti, Felda Bukit Batu, Kulai.

Turut hadir, YB Dato' Dr. Aman bin Rabu, Pengarah Kesihatan Negeri Johor, bagi menyempurnakan perasmian Karnival Sihat Keluarga Bahagia dan Dapur Sihat Masyarakat (DSM) Felda Bukit Batu, diiringi oleh Dr Hjh Faridah binti Ali, Pegawai Kesihatan Daerah dan disertai oleh Encik Mohamad Hafiz bin Mahmood, Pengurus Felda Bukit Batu, dan Encik Mohd Fuad bin Rahman, Ketua Kg Felda Bukit Batu, Kulai.

Terdapat pelbagai aktiviti menarik telah dijalankan. Antaranya ialah pertandingan mewarna, pertandingan aerobikton, demonstrasi masakan sihat, saringan kesihatan, pemeriksaan gigi dan cabutan bertuah. Selain itu, pelbagai booth pameran turut dibuka daripada pelbagai agensi dan Pejabat Kesihatan Daerah Kulai.



PROGRAM SAMBUTAN HARI KANSER SEDUNIA DI KOMUNITI

Unit Pembangunan Kesihatan Keluarga telah mengadakan Sambutan Hari Kanser Sedunia bersama komuniti di Felda Inas yang bertujuan untuk mempromosi kesihatan dan menggalakkan masyarakat untuk menjalani saringan kanser serviks, payudara dan kolorektal agar rawatan awal dapat diberikan dan mencegah komplikasi yang serius.

- Saringan pap smear dan HPV (*Human Papiloma Virus*) adalah ujian saringan pengesanan awal kanser serviks.
- Pemeriksaan klinikal payudara atau pemeriksaan sendiri payudara merupakan saringan awal mengesan keabnormalan atau ketulan yang tidak normal di payudara.
- Kanser kolorektal atau kanser usus besar adalah kanser yang berlaku di bahagian kolon dan rektum. Pengesanan awal melalui ujian saringan sampel najis dengan menggunakan *immunological Faecal Occult Blood Test (iFOBT)*.



PROGRAM TOWN HALL



Program Town Hall bagi kanak-kanak penerima bantuan makanan telah diadakan bagi memberi pendedahan tentang penjagaan kanak-kanak secara menyeluruh termasuklah pemakanan, rehabilitasi, kaunselor dan sebagainya

SAMBUTAN HARI DENGGI ASEAN SEMPENA JELAJAH AGENDA NASIONAL MALAYSIA SIHAT PERINGKAT DAERAH KULAI 2022

TARIKH : 18 JUN 2022 (SABTU)

TEMPAT : PADANG BOLA TAMAN SENAI JAYA

Majlis Perasmian Sambutan Hari Denggi ASEAN Peringkat Daerah Kulai di Taman Senai Jaya, Senai, Kulai oleh Yang Berbahagia, Tn Haji Zainor Bin Adani, Pegawai Daerah Kulai.

Sambutan Hari Denggi ASEAN adalah bertujuan; Pertama: Memperkasa komuniti dengan pengetahuan mengenai vektor pembawa penyakit demam denggi susulan denggi masih lagi isu utama kesihatan awam di Malaysia, Kedua: Memangkin aktiviti kawalan sendiri oleh komuniti terutamanya di kawasan wabak, kawasan yang mempunyai kes, serta kawasan yang berisiko tinggi, dan Ketiga; Mengukuhkan kerjasama antara agensi dalam melestarikan kebersihan persekitaran seterusnya membanteras pembiakan nyamuk *Aedes*.



SAMBUTAN MINGGU ANTIBIOTIK SEDUNIA

Sempena Sambutan Minggu Kesedaran Antimicrobial & Hand Hygiene 2022, Pejabat Kesihatan Daerah Kulai telah menganjurkan pertandingan sudut Antimicrobial terbaik antara klinik kesihatan dan klinik desa. Sebanyak 5 penyertaan diterima dari klinik desa dan 2 penyertaan dari klinik kesihatan. Sudut Antimicrobial terbaik telah dimenangi oleh KK Kulai dan Pn Haslinda dari KD Sedenak telah dipilih sebagai Tokoh Antimicrobial 2022. Pelbagai aktiviti juga telah dianjurkan sempena sambutan ini seperti pertandingan mencipta poster, TikTok Challenge, deklamasi sajak dan pantun yang terbuka penyertaannya kepada orang awam dan anggota kesihatan serta CME oleh FMS kepada pengamal perubatan swasta. Anugerah untuk pertandingan ini telah disampaikan oleh Pengarah Kesihatan Negeri semasa program Karnival Sihat Keluarga Bahagia pada 5 November 2022.



Health Awareness Campaign di Senai Airport

14 Disember 2022 (Kulai) - Pejabat Kesihatan Daerah Kulai telah turut serta dalam program 'Health Awareness Campaign' anjuran Senai International Airport Services (SATS) yang berlangsung di Lapangan Terbang Antarabangsa Senai. Turut terlibat, pegawai daripada Hospital Sultanah Aminah, Johor Bahru.

Terdapat pelbagai aktiviti menarik telah dijalankan. Antaranya ialah saringan kesihatan, saringan HIV tanpa nama, saringan kanser serviks, saringan minda sihat, pameran kesihatan, dan program derma darah.



Program *Generational End Game (G.E.G)* Rokok dan Vape Pemusnah Generasi Akan Datang

2 November 2022 - Pejabat Kesihatan Daerah Kulai dengan kerjasama Pejabat Pendidikan Daerah Kulai telah mengadakan program G.E.G di SMK Bukit Batu yang telah menjadi tuan rumah bagi program ini. Sebanyak 12 buah sekolah menengah di Daerah Kulai ini telah terpilih melibatkan seramai 48 orang pelajar dan 12 orang guru pengiring.

Pelbagai aktiviti dijalankan termasuklah ceramah kesihatan berkaitan Rang Undang-Undang G.E.G, ceramah keburukan menghisap rokok dan vape, Latihan Dalam Kumpulan (LDK) bagi membina keyakinan pelajar-pelajar, dan aktiviti G.E.G *explorace* kepada pelajar-pelajar.



Program Promosi dan intervensi Johor Bebas Asap Rokok

Terdapat pelbagai aktiviti promosi dan intervensi merokok dijalankan sepanjang tahun 2022. Antaranya program Sambutan Hari Tembakau yang diadakan pada 12 Jun 2022 bertemakan "Tembakau: Ancaman Alam Sekitar dan Generasi Masa Hadapan". Objektif program ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan kesedaran kepada komuniti tentang bahaya tembakau serta menggalakkan perokok untuk berhenti merokok. Pelbagai aktiviti telah dijalankan sepanjang program berlangsung. Penyerahan plak Rumah Bebas Asap Rokok juga telah diberikan kepada rumah-rumah yang terpilih.



JELAJAH ZERO AEDES DAERAH KULAI

Jelajah Zero Aedes dijalankan dari 4 Jun 2022 sehingga 17 Jun 2022 melibatkan beberapa COMBI dan KRT; (COMBI & KRT Flat Temenggong, KRT Jalan Kempas, COMBI & KRT Taman Bintang, KRT Taman Senai Utama, COMBI Jalan Batai, KRT Flat Taman Dasa, COMBI & KRT Taman Wawasan, dan COMBI & KRT Jalan Merbuk).

Jutaan penghargaan dan ucapan terima kasih kepada pasukan yang telah melaksanakan program di kawasan masing-masing. Sekalung penghargaan juga kepada pihak SWM, Ahli Majlis, MPKu dan MBIP kerana bersama-sama membantu mengurus dan menjalankan aktiviti bersama-sama pihak PKD Kulai.



PROGRAM PEMAKANAN SECARA MAYA

Unit pemakanan daerah Kulai telah menjalankan pelbagai aktiviti promosi dan program sepanjang tahun 2022. Ini adalah untuk memberi kesedaran dan pengetahuan tentang pemakanan sihat kepada masyarakat. Penyampaian mesej dalam program pemakanan yang dijalankan bukan sahaja secara bersemuka namun ada juga yang dijalankan secara virtual.



PROGRAM PEMERKASAAN KESIHATAN DAN KESELAMATAN TASKA & TADIKA DAERAH KULAI

Program Pemerksaan Kesihatan dan Keselamatan Taska & Tadika di daerah Kulai anjuran PKD Kulai telah dilaksanakan pada 4 Julai 2022 di Dewan Raya Kampung Melayu. Menekankan kawalan penyakit berjangkit serta perkongsian penderaan kanak-kanak. Terdapat aktiviti soal jawab, teknik mencuci tangan dan ceramah.



PERASMIAN LAMAN INSPEKTORAT

Laman Inspektorat di Klinik Kesihatan Kulai Besar telah dirasmikan oleh Dr Hjh Faridah Bt Hj Ali, Pegawai Kesihatan Daerah Kulai pada 12 Disember 2022. Tercetusnya laman ini dari program keceriaan anjuran Unit Kejuruteraan JKNJ. Perkongsian informasi berkaitan Unit Inspektorat dipaparkan di laman bagi tatapan orang awam. Selain itu laman dibina dengan suasana yang sesuai bagi orang awam untuk bergambar.



PROGRAM INTERVENSI SEKOLAH

Program Intervensi Sekolah melibatkan pelajar dan ibu bapa yang mempunyai anak yang berlebihan berat badan dan obes di mana nasihat pemakanan, senaman, kesihatan diri oleh pegawai perubatan dan kaunselor diberikan kepada ibu bapa.



BOOTH PAMERAN PEMAKANAN





Program Kospen WOW PKD KULAI bersama Agensi

Program KOSPEN WOW merupakan program intervensi faktor risiko untuk membentuk amalan budaya hidup secara sihat dalam kalangan majikan dan pekerja. Majikan berperanan dalam memberi komitmen, sokongan padu dan memastikan kelangsungan program. Dengan membawa moto "*Toward the Wellness of Workers*" program ini menggalakkan pekerja membudayakan gaya hidup sihat di tempat kerja bagi mencegah risiko penyakit tidak berjangkit (NCD). Sehingga 2022, terdapat 6 agensi yang berdaftar dibawah program Kospen WOW di daerah Kulai. Ia termasuk Jabatan Kebajikan Masyarakat (JKM), Sekolah Menengah Kebangsaan Sultan Ibrahim (SMKSI), Taska Nadi Syahadah, Unit HR Kilang Beyonics, Taska Langkah Wajar serta PKD Kulai. Program ini menerapkan beberapa modul intervensi termasuk saringan kesihatan, amalan pemakanan sihat, amalan tidak merokok, hidup yang aktif, pengurusan berat badan, minda sihat, persekitaran tempat kerja selamat dan pencegahan kemudaratan alkohol. Berikut merupakan antara aktiviti yang dijalankan di bawah program Kospen WOW pada tahun 2022:

Program Kolaborasi bersama sekolah dalam mempromosikan kesihatan minda sihat di kalangan pelajar



Sambutan Hari Pencegahan Bunuh Diri dan Hari Kesihatan Mental Sedunia



Aktiviti Intervensi saringan minda sihat bersama anggota pekerja Kilang Beyonics



Aktiviti Pembangunan Modal Insan bersama anggota Kesihatan Pejabat Kesihatan Daerah Kulai



Kolaborasi bersama Pusat Kesihatan UTM dalam menganjurkan program Nafas Baru Ramadhan untuk pelajar dan anggota UTM pada 19 April 2022.



Program GEG atau *Generational End Games* turut diadakan pada 2 November 2022 dalam usaha mempromosikan kempen berhenti merokok kepada pelajar dan guru untuk mencapai halatuju *Generational End Game* (GEG).



SOROTAN PROGRAM KENALI UBAT ANDA 2022

Pameran rawatan Farmakoterapi Klinik Berhenti Merokok (KBM) dan Kenali Ubat Anda di program komuniti sihat bebas rokok sempena Hari Tanpa Tembakau Sedunia peringkat PKD Kulai 2022 di Dewan Serbaguna Jalan Jati pada 12 Jun 2022



26 Julai 2022 - Ceramah Kenali Ubat Anda di Sekolah Kebangsaan Senai Utama



11 Ogos 2022 - Ceramah VIPP Kenali Ubat Anda di Sekolah Kebangsaan Taman Indahpura 1 bersama duta Kenali Ubat Anda En Hanif b. Rosli



21 Ogos 2022 - Pameran kenali ubat anda di Kg Sri Paya bersama duta En Syazwan b. Jumaat

FLASHMOB PENCEGAHAN KEMALANGAN KANAK-KANAK DI RUMAH

Program memperkasakan keselamatan kanak-kanak dan mencegah kemalangan di rumah. Unit ini telah mengadakan demonstrasi flashmob dan ceramah kepada ibu bapa bagi meningkatkan kesedaran dan pengetahuan agar lebih peka dalam mengawasi anak-anak mereka semasa berada di bawah jagaan sama ada di rumah, taman permainan, dan di dalam kenderaan persendirian. Antara faktor yang mengakibatkan kecederaan dan kematian kanak-kanak seperti lemas, tercekik, kemalangan jalan raya kerana tidak menggunakan *car seat* dan lain-lain lagi.

FLASHMOB KEMALANGAN



FLASHMOB CHOCKING



FLASHMOB DROWNING



Kursus BLS 2022

18 Ogos 2022- Kursus Basic Life Support (BLS) anjuran Unit Primer telah diadakan di Dewan Seri Mahligai, Hospital Kulai. Kursus ini telah dihadiri oleh para pegawai perubatan, paramedik dan unit sokongan yang lain. Tujuan kursus ini diadakan untuk memberi input *basic life support* yang terkini dan mengukuhkan kemahiran dan persediaan menghadapi situasi kecemasan



Kursus Kawalan Infeksi

29 Disember 2022 - Kursus ini diadakan di Bilik Mesyuarat KK Kulai, tujuan kursus untuk memberi pengetahuan kepada anggota baru dalam pengurusan kawalan infeksi yang terkini untuk mencegah penyakit berjangkit. Kursus ini dihadiri oleh Pegawai Perubatan, Pegawai Farmasi dan paramedik yang terdiri daripada Jururawat, Penolong Pegawai Perubatan dan Juruteknologi Makmal.



Latihan Pengukuhan Kemahiran Anggota Unit MCH

Program latihan dan kursus, CME & CNE secara berterusan bagi memantapkan kemahiran dan pengetahuan anggota kesihatan dan jururawat. Ini bertujuan bagi memastikan perkhidmatan yang diberikan kepada masyarakat lebih berkualiti dan kesihatan yang lebih baik mengikut garis panduan yang terkini. Dikendalikan oleh pakar perunding perubatan keluarga dan pengurusan kejurawatan PKD Kulai.



Kelas Diabetes Mellitus (DM) Multidisiplin



Kelas Diabetes Mellitus (DM) Multidisiplin melibatkan ceramah interaktif oleh Pakar Perubatan Keluarga, Pegawai Farmasi, Fisioterapi, Jurupuluh Cara Kerja, Pegawai Dietetik, Pegawai Sains Pemakanan dan *Diabetic Educator*. Kelas DM ini dihadiri oleh pesakit-pesakit DM yang baru dikesan dan mempunyai paras gula yang tidak terkawal. Turut menghadiri Kelas DM ini adalah ibu mengandung yang mempunyai Diabetes semasa hamil. Peserta diajar tentang Penyakit Diabetes secara terperinci meliputi pengenalan penyakit dan komplikasi Diabetes, ubat-ubatan, penjagaan kaki, senaman asas, pemakanan sihat dan pemantauan gula di rumah.

BENGGEL KAJIAN METODOLOGI

BENGGEL KAJIAN METODOLOGI SIRI 1 PUSAT LATIHAN GURU BANDAR TENGGARA 3 - 4 MAC 2022

Program ini bertujuan memberi pendedahan kajian kepada semua unit yang dijemput. Dalam program ini terdapat taklimat berkaitan metod penyelidikan, asas statistik dan cara penyediaan proposal kajian.



BENGGEL KAJIAN METODOLOGI SIRI 2 DEWAN SERI MAHLIGAI, HOSPITAL KULAI 6 OKTOBER 2022

Kerja kumpulan bagi membentangkan status terkini kajian bersama-sama Pegawai Kesihatan Daerah, Dr Hjh Faridah binti Hj. Ali, dan Pegawai Epidemiologi.



KELAS KEIBUBAAPAN

Program memperkukuhkan penjagaan kesihatan ibu adalah elemen yang sangat penting bagi memastikan kesihatan ibu dan bayi ditahap yang optima tanpa komplikasi melalui penjagaan dan rawatan yang diberikan. Ibu hamil dan suami dijemput hadir menjalani kursus keibubapaan bagi memberi pengetahuan dan persediaan kepada mereka tentang penjagaan kehamilan dan kelahiran yang selamat bagi mengelakkan sebarang komplikasi kepada ibu dan bayi. Di dalam kursus ini, ibu hamil dan suami telah diberi pendedahan berkaitan kehamilan dan penjagaannya sehingga proses kelahiran, penjagaan bayi baru lahir, ceramah serta pendidikan kesihatan berkaitan penyusuan susu ibu, senaman antenatal dan postnatal serta pengambilan diet yang sihat. Melalui kursus ini juga ibu secara tidak langsung mendapat sokongan moral dan emosi daripada pasangannya.



KURSUS PEMANTAPAN DAN PENGUKUHAN AMBULATORI ANGGOTA FARMASI PKD KULAI 2022

Pada 22 Julai 2022, Unit Farmasi telah menganjurkan kursus untuk anggotanya bagi meningkatkan motivasi dan kompetensi anggota. Kursus ini memberi penekanan kepada peningkatan semangat kerja berpasukan dan profesionalisma dalam memberi perkhidmatan farmasi.



Lawatan Rumah Warga Emas



Pada 11 Ogos 2022, Unit Farmasi PKD Kulai bersama - sama Unit Farmasi HTSMTI telah mengadakan lawatan ke rumah jagaan warga emas di V.R Melodies Saleng. Lawatan ini bertujuan untuk melihat kesinambungan penjagaan pesakit di rumah dalam menyokong penggunaan ubat-ubatan yang berkualiti dan optimum. Antara aktiviti yang telah dijalankan di sana adalah ceramah interaktif bersama warga emas bertajuk Diabetes dan suntikan insulin, pemeriksaan penyimpanan ubat di rumah jagaan serta aktiviti Kenali Ubat Anda.

Saringan Tibi dan Kusta serta Pemberian Vaksin bagi Kanak - Kanak Keciciran Imunisasi

Unit Kesihatan Ibu dan Anak & Unit Sekolah juga telah mengadakan program bersama Unit Tibi dan Kusta PKD Kulai untuk menjalankan saringan tibi dan kusta serta pemberian vaksinasi bagi kes kanak-kanak keciciran imunisasi dan pengesanan ibu hamil yang tidak mendapat pemeriksaan kehamilan di fasiliti kesihatan. Pengesanan dijalankan dari rumah ke rumah untuk memberi rawatan yang sewajarnya serta kesedaran pencegahan penularan penyakit berjangkit cegah vaksin pada 10 April 2022. Perkhidmatan rawatan secara percuma dan rawatan diberikan serta merta bertempat di sekolah Rohingya daerah Kulai. Kes ibu hamil yang dikesan dirujuk ke Klinik Kesihatan Kulai Besar untuk tindakan lanjut dan perawatan yang sewajarnya.



Saringan Kesihatan PIDK KOSPEN RT Pancasila, Saleng Bersama Ibu Tunggal



Pusat Informasi Diabetes KOSPEN (PIDK) RT Pancasila telah menganjurkan program saringan kesihatan kepada ibu tunggal lokaliti Taman Pancasila A. Program berlangsung pada 8 Januari 2022 di PIDK KOSPEN RT Pancasila dengan disertai oleh sukarelawan KOSPEN RT Pancasila dan anggota kesihatan. Antara aktiviti yang dijalankan adalah saringan dan konsultasi kesihatan oleh sukarelawan dan pegawai perubatan, ceramah Interaktif penjagaan Diabetes Mellitus dan pemberian bantuan kepada ibu tunggal oleh RT Taman Pancasila bersama Ketua Kampung bahagian Senai. Program yang dijalankan ini diharapkan dapat meningkatkan kesedaran dan pengetahuan komuniti dalam penjagaan Diabetes, pemeriksaan sendiri diabetes dan memupuk penglibatan komuniti serta jawatankuasa pemimpin dalam penjagaan kesihatan.

MAJLIS APC & APRESIASI ANGGOTA

21.7.2022
di Hotel Impiana Senai



Tanggungjawab dan usaha dalam melaksanakan tugas dengan cemerlang dihargai dengan pemberian APC. Tahnia kepada penerima anugerah semoga menjadi motivasi kepada anggota yang lain untuk sentiasa berkhidmat dengan cemerlang.



INFO

PEMERIKSAAN MIKROSKOPIK SLAID TIBI

(KAEDAH PENCELUPAN FLOUROCENT VS KAEDAH PENCELUPAN ZIEHL NELSEEN)

Pemeriksaan mikroskopik slaid TIBI adalah merupakan *gold standard* dalam pengesanan peringkat awal *Acid Fast Bacilli (AFB)* yang membantu diagnosis penyakit TB. Suatu masa dahulu, pengesanan *bacilli AFB* menggunakan kaedah pencelupan *Ziehl Nelsen* adalah yang paling popular.

Walaubagaimanapun, seiring dengan perubahan masa dan teknologi, pencelupan menggunakan kaedah Pencelupan *Flourecent* menjadi salah satu kaedah yang popular dalam pengesanan *Acid Fast Bacilli*. Melalui kaedah ini, ujian dapat dibuat dengan lebih cepat di mana masa pencelupan adalah lebih pendek dan tidak memerlukan teknik pemanasan yang menggunakan api.



MORFOLOGI ACID FAST BACILLI DALAM FLOUROCENT DAN ZIEHL NELSEEN STAIN

Contoh mikroskop iLED (flourescent)



Selain itu, penggunaan kanta 40x bagi kaedah *Flourescent* semasa pemeriksaan mikroskopik adalah lebih cepat dan mengambil masa 2 minit berbanding menggunakan kanta 100x bagi kaedah *Ziehl Nelsen* yang mengambil masa lebih kurang 5 minit untuk setiap slaid.

Pengesanan AFB menggunakan kaedah *Flourescent* di makmal Klinik Kesihatan Kulai Besar mula digunakan sejak 2016 manakala pengesanan AFB di makmal Klinik Kesihatan Kulai adalah sejak 2020 setelah menerima aset mikroskop *Flourosent* pada tahun tersebut.

PERLINDUNGAN RADIASI UNTUK PESAKIT

Perlindungan radiasi atau sinaran, juga disebut perlindungan radiologikal adalah sains dan amalan bagi melindungi manusia dan alam sekitar daripada kesan bahaya radiasi mengion.

Radiasi mengion digunakan secara meluas dalam industri dan perubatan serta boleh membahayakan kesihatan. Pendedahan radiasi yang terlampau (dedahan tahap tinggi) boleh menyebabkan kerosakan mikroskopik pada tisu hidup yang menyebabkan lecur pada kulit dan penyakit sinaran (disebut "kesan tisu"). Manakala dedahan radiasi pada tahap rendah boleh meningkatkan risiko kanser ("kesan stokastik").

Asas kepada perlindungan radiasi adalah dengan mengurangkan dos dedahan yang dijangka dan mengukur dos radiasi yang diterima oleh tubuh manusia

PRINSIP PERLINDUNGAN RADIASI



- Perlindungan radiasi boleh dibahagikan kepada perlindungan radiasi pekerjaan bagi melindungi pekerja, perlindungan radiasi perubatan bagi melindungi pesakit, dan perlindungan radiasi awam bagi melindungi individu dan masyarakat. (http://en.wikipedia.org/wiki/Ionising_radiation_protection)
- Terdapat tiga (3) prinsip utama perlindungan radiasi:
- Tempoh: Tempoh dedahan yang singkat mengurangkan dos.
- Jarak: Jarak yang semakin menjauh mengurangkan dos.
- Perisai: Penggunaan alat perlindungan seperti gaun/ apron dan/ atau perisai radiasi akan mengurangkan jumlah radiasi yang tidak diperlukan dari sampai kepada pesakit dan seterusnya mengurangkan dos radiasi.

BAGAIMANA PESAKIT DILINDUNGI SEMASA MENJALANI PEMERIKSAAN RADIOGRAFI?

Semasa pemeriksaan x-ray, dos radiasi kepada pesakit dipastikan berada di tahap yang sangat rendah dengan berpandukan perkara berikut:

- Penggunaan alat perlindungan radiasi
- Faktor dedahan yang betul
- Justifikasi
- Elak pemeriksaan berulang

ARAHAN PERNAFASAN		
BAHASA	ARAHAN PERNAFASAN	
	1	2
BAHASA MALAYSI	TAMAM NAFAS	TAMAM NAFAS
BAHASA INGGERIS	BREATHE IN	HOLD YOUR BREATH
BAHASA CINA	吐气	屏住
BAHASA THAI	สูดลมเข้าปอด	หยุดหายใจ
BREATHING INSTRUCTIONS		
BAHASA HINDI	सुदो	रुक जाओ
BAHASA BANGLADESH	শ্বাস নেও	স্বাস বন্ধ করো
BAHASA VIETNAM	HÍT VÀO	ĐỨNG ĐỢT LẠI
BAHASA SPANISH	¡SÚ!	¡DETENTE!

KETAHUI DOS DEDAHAN RADIASI ANDA		
Pemeriksaan Sinar X	DOS (mSv)	RISIKOBAH (HESS (AP))
CER (PAL)	0.02	0
CER (LAT)	0.04	0
EXTREMISITI	0.01	0
SKAL & VIEW	0.04	0
DEPAN	0.07	0
PELVIS (AP)	0.1	0
CERVICAL SPINE	0.1	0
THORACIC SPINE	0.4	0
LUMBAR SPINE	0.7	0
HIP	0.8	0
ABDOMEN	1.2	0
BELAKANG		

MENYANTUN KASIH



Ziarah Mahabbah



Sumbangan daripada warga kerja PKD Kulai ke atas kematian suami kepada Puan Wan Azimah Bt Mahmud yang bertugas di KK Kulai. Sumbangan disampaikan oleh Dr Hjh Faridah Binti Ali, Pegawai Kesihatan Daerah Kulai

Jasamu Dikenang



*Pn Fatemah Binti Wasli
Jururawat U42
Tarikh Bersara : 6.3.2022*



*En Roslan Bin Suleiman
Pemandu H11
Tarikh Bersara : 2.7.2022*



*En Rahmat Bin Abdullah
Pemandu H11
Tarikh Bersara : 1.1.2023*



Berdayung sampan ke Tanah Semenanjung
Hendak membeli tikarlah rotan
Budi dikenang bakti disanjung
Kekal subur dalam ingatan



Sumbangan ikhlas kepada anggota PKD Kulai yang terkesan akibat banjir kilat :
*Haslina binti Hassan- Jururawat Masyarakat
Nur Nabilah binti H. Othman - P.Peg Perubatan
Mohd Sumami bin Dailami - Pemandu*

