



SIARAN AKHBAR

KEMENTERIAN KESIHATAN

**PERUTUSAN
YANG BERHORMAT
DATO SERI SETIA DR HAJI MD ISHAM BIN
HAJI JAAFAR
MENTERI KESIHATAN
SEMPENA SAMBUTAN
HARI BUAH PINGGANG SEDUNIA 2025**

13 MAC 2025

TEMA:

**“ADAKAH BUAH PINGGANG AWDA SIHAT?
PENGESANAN AWAL, MELINDUNGI
KESIHATAN BUAH PINGGANG”**

(Are Your Kidneys OK? Detect Early, Protect Kidney Health)

- 1. Penyakit buah pinggang kronik (CKD)** merupakan ancaman besar terhadap kesihatan global, yang kini menjejaskan lebih daripada 850 juta orang di seluruh dunia. Jika tidak dikesan dan dirawat dengan segera, penyakit ini boleh menyebabkan kerosakan teruk pada buah pinggang, sehingga mencapai peringkat akhir di mana fungsi buah pinggang gagal sepenuhnya.

Dalam keadaan ini, buah pinggang tidak lagi mampu menapis sisa dan cecair dalam badan, yang boleh mengakibatkan komplikasi serius dan meningkatkan risiko kematian pramatang.

2. **Penyakit buah pinggang kronik** merupakan penyebab kematian kelapan tertinggi di dunia, menyebabkan lebih daripada 3.1 juta kematian pada tahun 2019. Jika tidak ada tindakan segera, penyakit ini dijangka akan menjadi penyebab kematian kelima utama menjelang tahun 2040.

3. Negara **Brunei Darussalam** merupakan antara negara dengan kadar pesakit buah pinggang peringkat akhir tertinggi di dunia, yang juga dikenali sebagai penyakit kerosakan buah pinggang yang kekal atau "End Stage Kidney Disease". Keadaan ini semakin membimbangkan dengan peningkatan jumlah pesakit buah pinggang peringkat akhir setiap tahun. **Pendaftaran Dialisis dan Pemindahan Buah Pinggang Brunei Darussalam** merekodkan seramai 1,082 individu menghadapi penyakit buah pinggang peringkat akhir pada tahun 2024, yang mana ia menunjukkan peningkatan sebanyak 6.2% berbanding dengan tahun 2023. Selain itu, secara purata, dalam tempoh tiga tahun terakhir (2022 hingga 2024), sebanyak 180 pesakit buah pinggang peringkat akhir dilaporkan meninggal dunia setiap tahun.

4. **Penyakit buah pinggang** bukan hanya satu masalah perubatan, tetapi juga isu sosial yang memberi kesan kepada keluarga, ekonomi, dan kualiti hidup. Oleh itu, adalah amat penting untuk kita semua memberi perhatian serius terhadap penjagaan kesihatan buah pinggang kita. **Pada tahun ini**, kita menyambut Hari Buah Pinggang Sedunia pada 13 Mac 2025 dengan tema "Adakah Buah Pinggang Awda Sihat? Pengesanan Awal, Melindungi Kesihatan Buah Pinggang". Ini adalah peluang untuk kita semua meningkatkan kesedaran mengenai kepentingan menjaga kesihatan buah pinggang serta mengenali tanda-tanda awal penyakit buah pinggang. Melalui pengesanan awal, amalan gaya hidup sihat, dan pengurusan penyakit kronik seperti diabetes dan tekanan darah tinggi, insyaAllah kita dapat mencegah kesan buruk penyakit ini dan memperbaiki kualiti hidup kita.

5. Pencegahan penyakit buah pinggang dalam konteks perubatan memang melibatkan tiga tahap yang penting:
 - 5.1 **Pencegahan Utama:** Tahap ini bertujuan untuk mengurangkan risiko penyakit buah pinggang melalui pengurusan masalah kesihatan asas yang boleh menyebabkan penyakit buah pinggang. Langkah-langkah seperti mengawal tekanan darah tinggi, mengurus diabetes, dan mengekalkan berat badan yang sihat memainkan peranan penting dalam mencegah penyakit buah pinggang.

5.2 Pencegahan Sekunder: Pada tahap ini, pencegahan bertujuan untuk memperlambatkan perkembangan penyakit buah pinggang yang telah dikesan, serta mengurangkan risiko komplikasi. Ini termasuk pengurusan yang lebih aktif untuk individu yang telah menunjukkan tanda-tanda awal kerosakan buah pinggang melalui rawatan ubat-ubatan, pemantauan yang ketat, dan perubahan gaya hidup yang sihat.

5.3 Pencegahan Tertiar: Di peringkat ini, individu yang mengalami kegagalan buah pinggang memerlukan rawatan seperti dialisis atau pemindahan buah pinggang untuk menggantikan fungsi buah pinggang yang rosak. Di samping itu, vaksinasi dan langkah-langkah pencegahan lain diperlukan untuk mengelakkan komplikasi lebih lanjut seperti jangkitan dan penyakit lain yang berkaitan dengan kegagalan buah pinggang.

Keberkesanan pencegahan pada setiap tahap bergantung kepada pengesanan awal dan pengurusan yang betul bagi mereka yang berisiko atau sudah mengalami kerosakan buah pinggang.

6. **Di Negara Brunei Darussalam,** terapi penggantian buah pinggang seperti rawatan dialisis dan pemindahan buah pinggang dapat diakses oleh rakyat secara percuma. Walau bagaimanapun, tumpuan utama harus diberikan kepada pengesanan awal

penyakit buah pinggang. Rawatan yang paling berkesan perlu dilaksanakan pada peringkat awal untuk mencegah perkembangan penyakit buah pinggang dan komplikasi yang berkaitan. Strategi pengesanan awal ini juga boleh mengurangkan risiko penyakit kardiovaskular dan kegagalan buah pinggang. Penyakit buah pinggang, walaupun pada peringkat awal, boleh memberi impak buruk kepada sistem tubuh yang lain, termasuk sistem mental, dan meningkatkan risiko demensia. Di kalangan kanak-kanak, penyakit buah pinggang boleh menjejaskan pertumbuhan serta perkembangan mental, yang seterusnya memberi kesan kepada kualiti hidup dan kesihatan sepanjang hayat.

7. **Kementerian Kesihatan**, melalui projek jerayawara Jabatan Perkhidmatan Renal yang diadakan setiap tahun sempena Hari Buah Pinggang Sedunia, telah mengambil langkah proaktif untuk meningkatkan kesedaran mengenai penyakit buah pinggang kronik dan komplikasinya. Salah satu langkah utama adalah melaksanakan saringan kesihatan di kalangan masyarakat, termasuk ujian air kencing, terutama bagi individu yang berisiko tinggi menghadapi penyakit buah pinggang.
8. **Penyakit diabetes dan hipertensi** adalah dua faktor risiko utama bagi penyakit buah pinggang, bukan sahaja di Brunei Darussalam, tetapi di seluruh dunia. Di Brunei Darussalam, diabetes terus menjadi penyebab utama bagi penyakit buah

pinggang tahap akhir, menyumbang sebanyak 74% daripada keseluruhan kes. Oleh itu, amat penting untuk memantau tekanan darah dan mengamalkan kawalan gula darah sejak peringkat awal. Selain itu, obesiti juga secara tidak langsung dikaitkan dengan penyakit buah pinggang.

9. **Saringan kesihatan** adalah tidak terhad kepada individu yang menghadapi penyakit diabetes atau hipertensi sahaja, ia juga merangkumi individu yang;

9.1 mempunyai sejarah keluarga yang menghadapi penyakit buah pinggang,

9.2 pernah mengalami kecederaan buah pinggang yang akut,

9.3 berusia lanjut, menghadapi penyakit jantung,

9.4 mempunyai penyakit buah pinggang berkaitan dengan kehamilan,

9.5 menghadapi penyakit autoimun,

9.6 dilahirkan dengan berat badan rendah, dan

9.7 mempunyai batu karang di buah pinggang.

10. **Kementerian Kesihatan** mempraktikkan langkah-langkah pencegahan terhadap penyakit buah pinggang melalui kemajuan terapeutik terkini, termasuk penggunaan ubat-ubatan yang dapat membantu mencegah atau menanggukkan perkembangan penyakit serta mengurangkan komplikasi yang timbul. Rawatan ini juga bertujuan untuk melambatkan kemerosotan fungsi buah

pinggang, sekaligus meningkatkan kualiti dan kuantiti hidup bagi mereka yang menghidap penyakit buah pinggang.

11. **Masyarakat** sendiri boleh mengambil langkah proaktif untuk mencegah penyakit buah pinggang dengan melaksanakan perkara-perkara berikut:-

11.1 Menjaga pengambilan air yang mencukupi,

11.2 Melakukan senaman atau aktiviti fizikal setiap hari,

11.3 Memantau tekanan darah dan paras gula dalam darah,

11.4 Menghindari penggunaan nikotin,

11.5 Mengelakkan pengambilan ubat penahan sakit atau herba yang boleh merosakkan fungsi buah pinggang, dan

11.6 Menjalani saringan pemeriksaan kesihatan badan.

12. **Penyakit buah pinggang** merupakan salah satu penyakit tidak berjangkit yang sering digelar sebagai 'silent killer' kerana ia jarang menunjukkan gejala pada peringkat awal. Ramai beranggapan bahawa penyakit ini hanya menyerang golongan warga tua, sedangkan hakikatnya ia boleh berlaku kepada sesiapa sahaja, termasuk anak damit dan remaja. Oleh itu, kesedaran terhadap faktor risiko seperti diabetes, hipertensi, dan obesiti, serta kepentingan mengamalkan gaya hidup sihat dan mematuhi strategi rawatan yang disarankan, amatlah digalakkan. Langkah-langkah ini terbukti memberikan manfaat yang ketara, terutama apabila dimulakan sejak awal dan dikekalkan secara konsisten.

13. **Syukur Alhamdulillah**, perkhidmatan kesihatan di negara ini dapat diakses oleh semua rakyat dan penduduk. Kerajaan Kebawah Duli Yang Maha Mulia Paduka Seri Baginda Sultan dan Yang Di-Pertuan Negara Brunei Darussalam menyediakan pelbagai rawatan dan ubat-ubatan secara percuma. Rawatan yang ditawarkan merangkumi penggunaan ubat-ubatan tablet dan suntikan baharu yang terbukti berkesan dalam melambatkan perkembangan penyakit buah pinggang kronik. Tambahan pula, **pelbagai saringan kesihatan juga dijalankan oleh pelbagai perkhidmatan kesihatan secara percuma.**
14. **Salah satu inisiatif terkini** yang diperkenalkan oleh Kementerian Kesihatan adalah penggunaan temujanji dan persidangan video (video conferencing) melalui Bru-Health. Inisiatif ini bertujuan untuk memudahkan pesakit berjumpa dengan doktor dan menjalani pemeriksaan kesihatan secara jarak jauh.
15. Oleh itu, **ambillah peluang keemasan ini** untuk menjalani pemeriksaan kesihatan dan mengetahui tahap kesihatan awda. Usaha pencegahan serta pengesanan awal penyakit buah pinggang hanya akan berjaya dengan kesedaran, sokongan dan komitmen daripada semua pihak—anggota kesihatan, pesakit, serta keluarga mereka. Dengan tindakan yang proaktif dan langkah berjaga-jaga

yang diambil secara berterusan, kita dapat bersama-sama membentuk masyarakat yang lebih sihat dan sejahtera. Marilah kita berganding bahu dalam merealisasikan visi negara '**Bersama ke Arah Warga Sihat**' demi kesejahteraan generasi kini dan akan datang.

-TAMAT-