



SIARAN AKHBAR

KEMENTERIAN KESIHATAN

**PERUTUSAN
YANG BERHORMAT
DATO SERI SETIA DR HAJI MOHAMMAD ISHAM BIN HAJI JAAFAR
MENTERI KESIHATAN
SEMPENA SAMBUTAN HARI DIABETES SEDUNIA 2025
14 NOVEMBER 2025**

**TEMA:
"Diabetes dan Kesejahteraan"
(*"Diabetes and Well-being"*)**

1. Hari Diabetes Sedunia diasmbut pada setiap 14 November dengan tujuan untuk meningkatkan kesedaran tentang diabetes sebagai isu kesihatan awam global yang kritikal. Pada tahun ini, tema Hari Diabetes Sedunia seperti yang ditetapkan oleh Persekutuan Diabetes Antarabangsa (IDF) adalah **"Diabetes dan Kesejahteraan,"** dengan tumpuan khusus kepada **"Diabetes dan Tempat Kerja"**. Tema ini memfokuskan kepada akses kepada penjagaan dan sokongan ditempat kerja untuk kesejahteraan penghidap diabetes, selaras dengan wawasan kebangsaan untuk mempunyai warga yang sihat, produktif dan makmur.
2. Penyakit Diabetes adalah keadaan kronik yang serius disebabkan oleh kekurangan pengeluaran insulin atau penggunaan insulin yang tidak berkesan oleh tubuh badan seseorang yang menghidap penyakit tersebut dan mengakibatkan paras gula di dalam darah tinggi (hiperglisemia). Pendedahan yang berpanjangan kepada

hiperglisemia boleh mengakibatkan kerosakan organ, yang akhirnya boleh menyebabkan kehilangan penglihatan atau buta, kegagalan buah pinggang, serangan jantung, strok, amputasi anggota badan dan kematian pramatang.

3. Menurut laporan yang dikeluarkan oleh Persekutuan Diabetes Antarabangsa (*The International Diabetes Federation*), jumlah individu dengan diabetes di seluruh dunia dianggarkan sebanyak **589 juta**, dan dijangka meningkat kepada **853 juta** menjelang tahun 2050 sekiranya tindakan tidak diambil untuk menanganinya. Di Negara Brunei Darussalam, prevalen penyakit diabetes menunjukkan peningkatan dari 9.7% pada tahun 2016 ke 15% pada tahun 2023. Manakala, komplikasi yang berkaitan dengan diabetes seperti penyakit buah pinggang dan strok juga telah meningkat. Pada tahun 2023, 79% pesakit yang menjalani dialisis adalah penghidap diabetes dan mereka yang menghidapi komplikasi retinopati (*diabetic retinopathy*) meningkat dari 18% ke 23%. Manakala jumlah pesakit strok yang menghidap diabetes terus meningkat dari 44% pada tahun 2023 ke 47% pada tahun 2024.
4. Peningkatan ini merupakan satu ancaman terhadap kesihatan awam yang tidak boleh di pandang ringan. Bilangan rakyat yang hidup dengan, atau berisiko menghidap diabetes akan terus meningkat sekiranya langkah-langkah pencegahan tidak diambil. Dalam pada itu, Kementerian Kesihatan terus berusaha dan bekerjasama dengan semua sektor kerajaan dan swasta dalam sama-sama menangani diabetes serta penyakit-penyakit yang tidak berjangkit melalui dasar-dasar dan pelan strategik seperti *Brunei Darussalam*

National Multisectoral Action Plan for the Prevention and Control of Noncommunicable Diseases (BruMAP-NCD).

5. **“Diabetes dan Tempat Kerja”** - Satu aspek yang kurang mendapat perhatian dalam perbincangan mengenai diabetes adalah impaknya terhadap kesihatan mental dan kesejahteraan emosi terutama sekali ditempat kerja. Diabetes bukan sekadar penyakit fizikal bahkan ianya merupakan satu bebanan yang harus dipikul setiap hari, setiap jam, oleh mereka yang menghidapinya. Kajian menunjukkan bahawa penghidap diabetes mempunyai risiko yang lebih tinggi untuk mengalami kemurungan dan keresahan, distress diabetes (tekanan akibat diabetes), beban rawatan yang melampaui kemampuan, dan stigma dan diskriminasi.

6. Diagnosis diabetes juga boleh menimbulkan kebimbangan tentang keupayaan seseorang untuk bekerja dengan lebih berkesan sambil menjaga kesihatan mereka. Menurut laporan Perbadanan Antarabangsa, 7 daripada 10 individu dengan diabetes adalah dari golongan yang masih aktif berkerja. Mereka perlu menguruskan penyakit ini sambil mengekalkan prestasi kerja, yang seterusnya boleh menjejaskan tumpuan, tenaga dan kesejahteraan mereka. Justeru itu, tempat kerja merupakan persekitaran penting untuk melaksanakan intervensi dan sokongan terhadap kesejahteraan emosi pesakit diabetes.

7. Sehubungan dengan itu, sejajar dengan pendekatan '*whole of nation*', Kementerian Kesihatan menyeru semua majikan, sama ada di sektor awam mahupun swasta, untuk menjadi rakan aktif dalam usaha mengurangkan beban diabetes melalui inisiatif seperti berikut:-

- **Menggalakkan untuk menjalani saringan kesihatan:** Memudahkan dan menggalakkan saringan kesihatan berkala kepada pekerja bagi membolehkan pengesanan awal diabetes dan faktor risikonya.
- **Mewujudkan Persekitaran Yang Sihat:** Menyediakan akses kepada pilihan makanan dan minuman yang lebih sihat di kantin dan semasa mesyuarat, serta mewujudkan peluang untuk aktiviti fizikal, seperti *mobility break* yang ditetapkan atau program senaman di tempat kerja.
- **Memupuk Budaya Pemedulian:** Melaksanakan dasar-dasar sokongan yang membolehkan pekerja yang menghidap diabetes mendapat masa dan fleksibiliti yang mereka perlukan untuk temujanji perubatan dan pengurusan sendiri tanpa rasa stigma atau diskriminasi; dan
- **Meningkatkan Kesedaran:** Mengadakan sesi pendidikan tentang pencegahan diabetes, mengenali tanda-tanda amaran awal, dan kepentingan pemakanan seimbang serta gaya hidup aktif

8. Dalam pada itu, Kementerian Kesihatan telah memperkenalkan program *Workplace and Health* (WAH) di tempat kerja sejak tahun 2019. Ianya bertujuan untuk mendorong tempat kerja menyediakan persekitaran yang menggalakkan gaya hidup sihat di kalangan

pekerja, agar mereka lebih aktif, mengamalkan pemakanan sihat, bebas dari asap rokok dan mempunyai kesejahteraan mental yang baik. Di antara komponen program WAH termasuklah saringan kesihatan, sesi senaman serta pendidikan gaya hidup sihat secara atas talian melalui laman sesawang www.whp.gov.bn. Kementerian Kesihatan melalui Pusat Promosi Kesihatan juga sekali lagi akan melaksanakan saringan kesihatan bagi pegawai dan kakitangan semua Kementerian secara berperingkat mulai tahun 2026, yang mana merangkumi pemeriksaan tekanan darah, Indeks Jisim Badan (*BMI*), paras gula dan kolesterol menggunakan kaedah *point-of-care testing (POCT)*. Mana-mana pegawai atau kakitangan yang memperoleh keputusan saringan yang kurang memuaskan, termasuklah paras gula yang tinggi, akan dirujuk ke Pusat Kesihatan yang berdekatan bagi pemeriksaan lanjut. Melalui saringan berkenaan, ianya diharap dapat membantu pengesanan awal penyakit tidak berjangkit serta mengurangkan risiko komplikasi penyakit tidak berjangkit seperti tekanan darah tinggi, paras kolesterol tinggi, obesiti dan juga diabetes.

9. Selain itu, Kementerian Kesihatan juga telah memanfaatkan teknologi digital khususnya melalui applikasi BruHealth dengan memperkenalkan ciri *Health Index* yang membolehkan orang ramai mengetahui risiko Kesihatan masing-masing serta cara-cara untuk mengawalinya. Dari segi penyakit diabetes, Kementerian Kesihatan sedang menjalankan kajian intervensi melalui applikasi BruHealth untuk memperkasa individu yang menghidap diabetes mengambil peranan yang proaktif dalam pengurusan kesihatan diri mereka.

10. Kementerian Kesihatan kekal komited untuk memperkukuhkan perkhidmatan kesihatan daripada aspek pencegahan, saringan, pengurusan dan rawatan diabetes serta akan terus bekerjasama erat dengan pihak berkepentingan yang lain termasuk kementerian-kementerian lain, pemimpin masyarakat, dan pertubuhan bukan kerajaan dalam usaha untuk menerapkan kesihatan dalam semua dasar.

11. Sempena Hari Diabetes Sedunia 2025 ini, marilah kita sama-sama berganding bahu dengan tekad dan azam yang kuat untuk menangani diabetes bersama-sama. Dengan kesedaran, sokongan dan tindakan kolektif daripada semua lapisan masyarakat untuk mengambil langkah proaktif bagi mengamalkan pemakanan sihat dan seimbang, mengurangkan pengambilan gula, meningkatkan aktiviti fizikal secara berkala serta menjalani pemeriksaan saringan Kesihatan insyaAllah kita akan mampu mengawal diabetes. Bagi mereka yang hidup dengan diabetes, jalani kehidupan yang penuh, aktif dan produktif, serta terus menyumbang kepada masyarakat dan negara dengan pengetahuan dan pengurusan diabetes yang betul.

-T A M A T-