



SIARAN AKHBAR

KEMENTERIAN KESIHATAN

**PERUTUSAN
YANG BERHORMAT
DATO SERI SETIA DR HAJI MOHAMMAD ISHAM BIN HAJI
JAAFAR
MENTERI KESIHATAN
SEMPENA HARI ALZHEIMER SEDUNIA 2026
21 SEPTEMBER 2026**

TEMA:

**“Lebih Awal Awda Ketahui, Lebih Banyak Dapat Awda Lakukan:
Diagnosis Demensia Amat Bermakna”
“*The Earlier You Know, The More You Can Do: A Dementia
Diagnosis Matters*”**

- I. Demensia merupakan salah satu cabaran kesihatan awam yang terbesar yang boleh menjejaskan daya ingatan, pemikiran, komunikasi, tingkah laku dan keupayaan seseorang untuk menjalani aktiviti harian. Walaupun risiko demensia meningkat seiring dengan pertambahan usia, demensia bukanlah proses penuaan yang normal. Kesan demensia bukan sahaja dirasakan oleh individu yang mengalaminya, tetapi turut memberi kesan kepada ahli keluarga, penjaga, masyarakat serta sistem kesihatan dan penjagaan sosial.

2. Menurut Pertubuhan Kesihatan Sedunia (WHO), kira-kira 57 juta orang di seluruh dunia menghidap demensia pada tahun 2021 dan hampir 10 juta kes baharu berlaku setiap tahun. Angka ini dijangka meningkat kepada 78 juta orang menjelang tahun 2030 dan 139 juta orang menjelang tahun 2050.
3. Negara Brunei Darussalam tidak terkecuali daripada arus ini. Selari dengan kejayaan negara dalam meningkatkan jangka hayat rakyat, ia juga bermakna kita kini sedang menuju ke arah masyarakat yang semakin menua. Anggaran menunjukkan bilangan penduduk yang hidup dengan demensia di negara ini boleh meningkat sehingga 365 peratus menjelang tahun 2050. Oleh yang demikian, kita perlu mengambil serius perkara ini dengan menekankan kepentingan pemeriksaan awal, pencegahan dan pengawalan bagi mengurangkan risiko demensia.
4. Kementerian Kesihatan melalui Pusat Promosi Kesihatan telah melaksanakan beberapa saringan bagi warga emas yang dikenali sebagai Community Screening of STEP-I Integrated Care for Older People (ICOPE) yang dijalankan di beberapa tempat di seluruh negara. Hasil dapatan daripada saringan kognitif tersebut mendapati bahawa lebih kurang 36.0% mengalami penurunan kognitif dari aspek orientasi, 36.3% mengalami penurunan ingatan dan 31.9% telah gagal di dalam kedua-dua saringan kognitif berkenaan.
5. Selain itu, sebuah kajiselidik yang telah dilaksanakan oleh Persatuan Demensia Brunei dengan kerjasama Pusat Promosi Kesihatan dan

Universiti Brunei Darussalam pada tahun 2023, yang mana seramai 1,358 orang berusia 50 tahun ke atas telah menjalankan pemeriksaan kognitif. Hasil pemeriksaan tersebut mendapati simptom yang paling kerap dilaporkan ialah salah letak barang (42.6%), mudah lupa (32.5%) dan kesukaran visuospatial (24.2%). Manakala bagi individu yang mempunyai simptom, 14.5% melaporkan simptom yang semakin teruk dan 12.0% mengalami gangguan aktiviti harian. Hasil saringan menggunakan ujian Mini-COG juga telah mendapati 14.4% disyaki mengalami gangguan kognitif. Kajian yang sama turut mengesahkan bahawa faktor-faktor risiko yang lazim dalam kalangan masyarakat kita seperti tekanan darah tinggi, diabetes, kolesterol tinggi dan penyakit buah pinggang adalah faktor-faktor risiko yang sama bagi penyakit demensia.

6. Bertepatan dengan isu tersebut, Hari Alzheimer atau Demensia Sedunia disambut pada 21 September setiap tahun sebagai kemuncak kepada Bulan Alzheimer atau Demensia Sedunia, dengan tujuan untuk meningkatkan kesedaran masyarakat di seluruh dunia serta menangani stigma yang berkaitan dengan penyakit Alzheimer dan lain-lain bentuk demensia. Tema Sambutan Hari Demensia Sedunia 2026 ialah ***“The Earlier You Know, The More You Can Do: A Dementia Diagnosis Matters”***, ***“Lebih Awal Awda Ketahui, Lebih Banyak Dapat Awda Lakukan: Diagnosis Demensia Amat Bermakna.”*** Tema ini membawa mesej yang jelas bahawa diagnosis yang tepat pada masanya membuka ruang kepada tindakan, perancangan dan sokongan yang lebih baik termasuk rawatan,

penjagaan dan perancangan masa depan bagi mereka yang menghidap demensia serta ahli keluarga mereka.

7. Antara cabaran yang dihadapi oleh individu yang mempunyai risiko demensia atau keluarga mereka ialah perasaan takut dan malu, serta stigma yang masih dikaitkan dengan demensia. Hal ini boleh menyebabkan individu atau keluarga menangguhkan pemeriksaan sehinggakan keadaan menjadi lebih serius dan mula menjejaskan kehidupan seharian. Diagnosis awal bukan sahaja membolehkan individu mendapatkan rawatan serta sokongan yang bersesuaian, malahan memberi peluang kepada individu berkenaan untuk terlibat secara aktif dalam membuat keputusan mengenai kesihatan, kewangan, keluarga dan masa hadapan, ketika mereka masih berupaya dan dapat menyatakan kehendak dan pilihan sendiri.
8. Walaupun kebanyakan jenis demensia masih belum mempunyai rawatan ubat yang khusus, rawatan dan sokongan yang bersesuaian seperti membuat aktiviti fizikal, rangsangan kognitif, pemakanan yang sihat dan seimbang, hubungan sosial, pengurusan penyakit kronik, pemulihan, kerjasama dari ahli keluarga dan masyarakat dan pengubahsuaian persekitaran boleh membantu individu mengekalkan fungsi, kebebasan dan kualiti hidup selama yang mungkin.
9. Kementerian Kesihatan akan terus memberikan perhatian kepada usaha mempromosi penuaan sihat, meningkatkan kesedaran mengenai demensia, menggalakkan pengesanan dan penilaian awal serta memperkukuh kesinambungan penjagaan yang berpusatkan

individu (*person-centred care*). Namun, usaha ini tidak dapat dilaksanakan oleh sektor kesihatan sahaja. Ia memerlukan kerjasama bersepadu daripada agensi kerajaan, institusi pendidikan, pertubuhan bukan kerajaan, pihak swasta, pemimpin masyarakat, keluarga dan seluruh komuniti.

10. Selaras dengan hasrat untuk membina masyarakat yang inklusif dan mesra usia, Sempena Hari Demensia Sedunia 2026 ini, saya menyeru kepada semua lapisan masyarakat untuk mengambil beberapa langkah penting seperti berikut:

- I. **Tingkatkan pengetahuan mengenai tanda-tanda awal demensia.** Jangan kita menganggap setiap perubahan pada daya ingatan sebagai perkara biasa akibat penuaan. Dapatkan maklumat dan bantuan yang bersesuaian daripada profesional kesihatan atau Persatuan Demensia Brunei.
- II. **Dapatkan pemeriksaan lebih awal daripada profesional kesihatan** sekiranya perubahan pada daya ingatan, pemikiran atau tingkah laku mula menjejaskan kehidupan seharian.
- III. **Hentikan stigma dan tunjukkan rasa hormat dan empati terhadap individu yang mengalami demensia.** Elakkan perkataan, jenaka atau tanggapan yang boleh memalukan, merendahkan atau memulaukan individu yang mengalami demensia.
- IV. **Berikan sokongan kepada ahli keluarga dan penjaga.** Sentiasa bertanya tentang keadaan mereka dan hulurkan

bantuan yang praktikal. Kadangkala, bantuan yang kecil sekalipun boleh membawa makna yang sangat besar.

- V. **Jagalah kesihatan otak sepanjang hayat** dengan mengamalkan aktiviti fizikal secara berkala, mengambil makanan yang seimbang, mengekalkan hubungan sosial yang bermakna, sentiasa terus belajar perkara baharu, mendapatkan tidur yang mencukupi serta mengawal tekanan darah tinggi, diabetes dan faktor risiko kesihatan yang lain.

- II. Marilah kita bersama-sama membina Negara Brunei Darussalam menjadi sebuah negara yang lebih memahami demensia, lebih prihatin, bebas daripada stigma dan memastikan tiada seorang pun individu atau keluarga perlu mengharungi perjalanan ini secara bersendirian.

-TAMAT-