

Penjagaan melibatkan menjaga Rohani, Fizikal dan Mental untuk insan.

demensia dan kemurungan adalah gangguan mental dan saraf yang paling biasa yang menjejaskan populasi warga emas. Di seluruh dunia, kira-kira 4% orang tua terjejas oleh gangguan keresahan.

Demensia meningkat dengan peningkatan umur bagi mereka yang mengalami demensia sederhana hingga teruk menyumbang kira-kira 5% dalam populasi umum yang berumur lebih daripada 60 tahun. Ia meningkat sebanyak 5% setiap lima tahun, dan oleh itu, boleh menjejaskan satu perempat daripada populasi berumur 80 tahun ke atas. Kajian secara amnya mencadangkan bahawa gangguan kemurungan terdapat dalam 15% hingga 20% orang tua. Dalam kajian yang dilakukan oleh Universiti Malaya (UM) pada 2022 dalam kalangan warga emas Malaysia, mengenai perubahan dalam faktor psikologi, kira-kira 47 peratus peserta berumur 55 tahun ke atas menyebut peningkatan kemurungan, manakala 21 peratus menyatakan peningkatan kebimbangan. Pengasingan dan kesepian boleh mencetuskan kebimbangan atau tanda awal kemurungan.

Pada masa yang sama, perubahan dalam peranan dan tanggungjawab, kekurangan sokongan kewangan, mobiliti yang lemah dan peningkatan kehilangan keupayaan seseorang boleh meningkatkan keadaan ini. Apabila kanak-kanak meninggalkan rumah dan berhijrah ke tempat lain untuk memulakan keluarga dan pekerjaan, mereka menghadapi sindrom sarang kosong yang mencetuskan kemurungan dan gangguan keresahan. Mereka yang berada di rumah jagaan atau penjagaan orang tua nampaknya juga mempunyai risiko kemurungan dan kebimbangan yang lebih tinggi. Oleh itu, adalah penting untuk memberi kesedaran yang sesuai dan tepat pada masanya kepada semua penjagaan kesihatan professional utama, termasuk jururawat dan doktor, dalam menguruskan isu kesihatan mental di kalangan penduduk tua. Ia harus merangkumi kesihatan yang baik dan emosi yang sihat. Untuk mencapai matlamat ini, persekitaran untuk mereka kekal aktif dan terlibat adalah sangat penting. Kehadiran dan penglibatan Keluarga juga amat penting untuk kesihatan mental mereka. ❖

Disediakan oleh:
Fr Philp Chua
Pelayanan Kesihatan Mental
Keuskupan Agung
Emel: mentalhealth@archkl.org

Disunting oleh:
Fr Eugene
Pengaruh API

Emel: api@archkl.org
EDARAN DALAMAN SAHAJA
BUL 27/2023

1 & 2 JULAI 2023

Newbec

NEW WAY OF BEING CHURCH

Hari Minggu Biasa ke-13

G A R A M D A N T E R A N G D U N I A :

PERSEKUTUAN (INKLUSIF), PENYERTAAN (KREATIF), MISI (PEMBINAAN JAMBATAN)

FOKUS BULANAN:
KELUARGA DAN MENGASIHI
WARGA EMAS

ACARA BULANAN:
HARI IBUBAPA DAN
WARGA EMAS SEDUNIA



Isu KESIHATAN MENTAL Warga Malaysia

Orang tua, mereka yang berumur 60 tahun ke atas mempunyai kemungkinan yang lebih besar untuk mengalami masalah kesihatan mental. Risiko menjadi lebih tinggi bagi orang yang meningkat umur. Menurut Pertubuhan Kesihatan Sedunia (WHO),