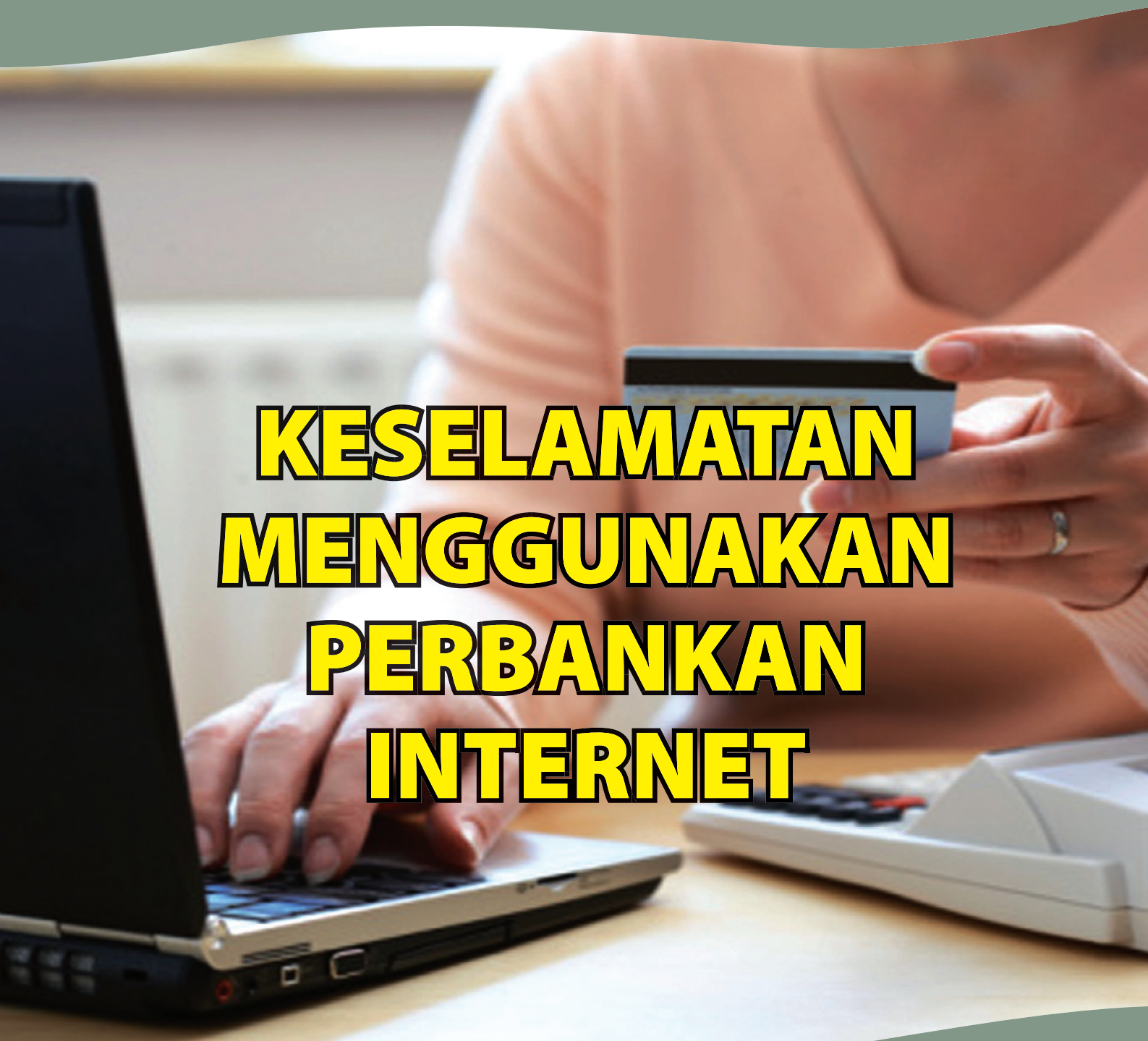




KESELAMATAN MENGGUNAKAN PERBANKAN INTERNET

di dalam buletin pengguna bulan ini:

- Isu Kekurangan Bekalan Gula •
- Kesan Gula Kepada Kesihatan •
- Langkah Pencegahan Influenza A (H1N1) •
- Pengendalian Makanan Bersih Elak Jangkitan Bakteria •
- Pembedahan Kosmetik: Pemuatan Kepada Standard Industri •
- Kumpulan Wang Penjelas @ Sinking Fund •
- Penggabungan Tarif Air dan Kumbahan Untuk Manfaat Pengguna •

ISSN 1675-5626



9 771675 562001

KONGSIKAN
BULETIN
PENGGUNA INI
DENGAN
ORANG LAIN

BULETIN PENGGUNA

SIDANG REDAKSI

PENASIHAT

Y. Bhg. Datuk Mohd Zain bin Mohd Dom
Ketua Setiausaha
Kementerian Perdagangan Dalam Negeri,
Koperasi dan Kepenggunaan

KETUA SIDANG PENGARANG

Dr. Mohd Mokhtar bin Tahar

TIMBALAN

KETUA SIDANG PENGARANG

Mohd Yusof bin Abdul Rahman

SIDANG PENGARANG

Nor Azhar bin Manap

Effaizah binti Shahidan

Paul Selva Raj

Ratna Devi Nadarajan

Nur Rohaila binti Alias

Norlana binti Ismail

Mohamad Hazrin bin Zakaria

Buletin Pengguna merupakan penerbitan usahasama
di antara Kementerian Perdagangan Dalam Negeri,
Koperasi dan Kepenggunaan dan FOMCA.
Ia diterbitkan pada setiap bulan.
Sumbangkan artikel amat dialu-alukan.
Sila hantarkan sumbangan kepada:

EDITOR

Buletin Pengguna

No. 1D-1, Bangunan SKPPK
Jalan SS9A/17
47300 Petaling Jaya
Selangor Darul Ehsan

Kementerian Perdagangan Dalam Negeri, Koperasi dan Kepenggunaan

No 13, Persiaran Perdana
Presint 2, Pusat Pentadbiran
Kerajaan Persekutuan
62623 Putrajaya

EMEL

buletinpengguna@gmail.com

LANAMAN WEB KPDNKK

www.kpdnkk.gov.my

LANAMAN WEB FOMCA

www.fomca.org.my

E-ADUAN

http://e-aduan.kpdnkk.gov.my

SMS E-ADUAN

32255

HOTLINE KEMENTERIAN

1-800-886-800

DICETAK OLEH

فرچيكتن اساس جايي (مليسيا) منديرين برحد
Percetakan Asas Jaya (M) Sdn Bhd

Artikel yang disiarkan dalam Buletin Pengguna ini
tidak semestinya mencerminkan pendirian dan dasar
Kementerian Perdagangan Dalam Negeri, Koperasi
dan Kepenggunaan atau FOMCA.
Ia merupakan pendapat penulis sendiri.

semasa

Isu Kekurangan Bekalan Gula

Para pengguna sering berhadapan dengan isu kekurangan bekalan gula terutamanya apabila menjelang musim perayaan.

Antara faktor yang dikaitkan dengan kekurangan bekalan gula ialah kegiatan menyorok dan menyeludup bekalan gula oleh sindiket tertentu ke negara jiran.

Pada 5 Ogos 2009, dilaporkan sebanyak 23.8 tan metrik gula bersubsidi yang disorok di dalam sebuah gudang di Jejawi, Perlis telah disita oleh sepasukan penguatkuasa Kementerian Perdagangan Dalam Negeri, Koperasi dan Kepenggunaan (KPDNKK). Gula bernilai RM32,000 itu disita selepas pasukan tersebut melakukan serbuan ke atas premis yang terletak dalam kawasan Perindustrian Ringan Jejawi. Kegiatan seperti ini dilakukan untuk mengaut keuntungan kerana harga gula pasir yang dijual di Thailand adalah lebih tinggi dengan harga mencecah RM2.50 hingga RM2.90 sekilogram berbanding RM1.45 di negara ini. Harga gula pasir juga dilaporkan tinggi di Filipina, Indonesia dan Singapura.

Kekurangan gula di pasaran sekarang bukan disebabkan oleh ketiadaan bekalan bahan tersebut tetapi ia diseludup keluar negara di samping pembelian panik (*panic buying*) oleh para pengguna. Ini disebabkan mereka berasa bimbang akan kekurangan gula yang berterusan sehingga kehabisan bekalan di pasaran. Bagi mengatasi sikap pembelian panik oleh pengguna, terdapat pasar raya besar dan kedai runcit yang menghadkan pembelian gula kepada dua kilogram untuk seorang dalam sehari.

Kekurangan gula juga disebabkan oleh faktor pengilang yang mengurangkan pengeluaran kerana telah menjual komoditi tersebut secara berlebihan dalam enam bulan pertama pada tahun ini. Datuk Mohd Zain Mohd Dom, Ketua Setiausaha Kementerian Perdagangan Dalam Negeri, Koperasi dan Kepenggunaan (KPDNKK) menyatakan empat pengilang di negara ini - Malayan Sugar Manufacturing (MSM) Penang Central Sugar Refinery (Selangor), Gula Padang Terap (Kedah) dan Kilang Gula Felde Perlis telah melambatkan pengeluaran bagi mengurangkan kerugian kerana mereka telah membuat pengeluaran melebihi kuota subsidi (*The Star*, 18 Ogos 2009). Dalam bajet mini yang dibentang di Parlimen pada 10 Mac 2009, kerajaan memperuntukkan sebanyak RM674 juta sebagai subsidi untuk bahan makanan harian seperti gula, roti dan tepung gandum.

Beliau menyatakan bahawa Kerajaan telah bersetuju untuk memberi subsidi untuk 100,000 tan metrik bagi gula yang dijual dalam tempoh sebulan oleh pengilang, adalah berjumlah 1.2 milion tan metrik gula pada tahun ini. Pengilang telah membuat pengeluaran berlebihan dan menjual 70,000 tan metrik pada enam bulan pertama, iaitu telah melebihi jumlah yang diluluskan untuk subsidi tahun ini. Justeru, bagi mengurangkan kerugian, pengilang telah mengurangkan pengeluaran yang mengakibatkan jurang dalam rantaian bekalan. Menurutnya lagi, KPDNKK telah mengarahkan pengilang agar meningkatkan pengeluaran 20% dalam bulan ini dan 10% bagi bulan September untuk memenuhi permintaan pada musim perayaan.

Kegiatan monopoli oleh syarikat tertentu dalam industri gula juga merupakan salah satu faktor yang menyumbang kepada krisis kekurangan bekalan gula. Kemungkinan wujud pakatan antara golongan tertentu dalam menentukan harga dan bekalan gula di pasaran tempatan. Begitu juga dengan rangkaian pemborong yang dikuasai pihak tertentu. Kegiatan monopoli ini membebankan para pengguna dan diharap dengan penguatkuasaan Akta Persaingan yang bakal dibentangkan di Parlimen hujung tahun ini, akan dapat mengatasi masalah monopoli ini.

Keselamatan Menggunakan Perbankan Internet

Apa itu perbankan internet?

Perbankan internet ialah sejenis perkhidmatan yang disediakan oleh institusi perbankan yang menguruskan hal kewangan dan pelbagai transaksi perbankan atas talian dari rumah, tempat kerja dan mana-mana tempat di serata dunia. Ia boleh dilakukan semasa atau di luar waktu perbankan. Kebanyakan institusi perbankan menawarkan perkhidmatan ini 24 jam sehari, 7 hari seminggu. Ia menjimatkan masa kerana anda tidak perlu pergi ke bank dan beratur untuk mendapatkan perkhidmatan perbankan atau pembayaran bil.

Institusi yang menyediakan perkhidmatan perbankan internet

Pada masa ini, hanya institusi-institusi perbankan yang dilesenkan di bawah Akta Bank dan Institusi-institusi Kewangan 1989 (ABIK) dan Akta Perbankan Islam 1983 (API) sahaja yang dibenarkan untuk menawarkan perkhidmatan perbankan internet di Malaysia.

Senarai institusi-institusi perbankan berlesen yang menyediakan perkhidmatan perbankan internet:

1. Affin Bank Berhad
2. Al Rajhi Banking & Investment Corporation (Malaysia) Berhad
3. Alliance Bank Malaysia Berhad
4. AmBank (M) Berhad
5. AmIslamic Bank Berhad
6. Bank Islam Malaysia Berhad
7. Bank Kerjasama Rakyat Malaysia
8. Bank of America Malaysia Berhad
9. Bank of Tokyo-Mitsubishi UFJ (Malaysia) Bhd
10. CIMB Bank Berhad



11. Citibank Berhad
12. Deutsche Bank (Malaysia) Berhad
13. EON Bank Berhad
14. Hong Leong Bank Berhad
15. HSBC Amanah Malaysia Berhad
16. HSBC Bank Malaysia Berhad
17. Malayan Banking Berhad
18. OCBC Bank (Malaysia) Berhad
19. Public Bank Berhad
20. RHB Bank Berhad
21. RHB Islamic Bank Berhad
22. Standard Chartered Bank Malaysia Berhad
23. United Overseas Bank (Malaysia) Berhad

Apakah yang diperlukan untuk memulakan perkhidmatan perbankan internet?

Perbankan internet tidak memerlukan sebarang perisian atau akses khas kepada sebuah rangkaian persendirian, tetapi ia dilakukan melalui rangkaian internet. Anda hanya perlu

dari muka 3 ...



Anda perlu membaca dan memahami terma serta syarat-syarat perkhidmatan sebelum mendaftar dengan perkhidmatan perbankan internet

mendaftar dengan institusi perbankan untuk mendapatkan perkhidmatan perbankan internet. Apabila telah mendaftar, maka anda boleh menggunakan perbankan internet di mana-mana sahaja di seluruh dunia.

Sebelum anda mendaftar

Anda perlu membaca dan memahami terma serta syarat-syarat perkhidmatan sebelum mendaftar dengan perkhidmatan perbankan internet. Contohnya:

- Maklumat tentang tanggungjawab institusi perbankan dan pelanggan
- Maklumat tentang pihak yang harus bertanggungjawab sekiranya berlaku sebarang transaksi yang palsu atau penipuan
- Cara pemberitahuan sekiranya terdapat perubahan pada terma dan syarat-syarat perkhidmatan
- Maklumat tentang cara membuat aduan dan bagaimana aduan itu akan disiasat serta diselesaikan

Anda juga hendaklah berbincang dengan institusi perbankan mengenai risiko yang berkaitan dengan perbankan internet dan memahami tanggungjawab dan hak-hak anda sepenuhnya.

Panduan untuk menjamin keselamatan semasa menggunakan perkhidmatan perbankan internet

1. Jangan mendedahkan ID log masuk dan kata laluan atau nombor PIN anda
2. Pastikan anda berada di laman web yang betul dan selamat.
3. Lindungi komputer peribadi anda daripada penceroboh, virus dan program perosak.
4. Jangan klik pada lampiran atau pautan dalam e-mel yang mengarah anda untuk masuk ke laman web institusi perbankan. Ini mungkin merupakan suatu penipuan.
5. Elakkan daripada mengguna komputer yang dikongsi bersama atau milik awam seperti di kafe internet untuk mengendalikan transaksi perbankan internet anda.
6. Jangan membalas kepada sebarang e-mel, panggilan telefon, atau SMS mengenai ID log masuk, kata laluan atau nombor PIN akaun perbankan internet anda.
7. Jika anda mempunyai sebarang soalan tentang keselamatan akaun internet anda, hubungilah institusi perbankan untuk membincangkan isu tersebut, termasuk cara penyelesaiannya.



Jangan klik pada lampiran atau pautan dalam e-mel yang mengarah anda untuk masuk ke laman web institusi perbankan. Ini mungkin merupakan suatu penipuan.

Kesan Gula Kepada Kesihatan

Dalam menghadapi krisis kekurangan bekalan gula, para pengguna disarankan agar mengurangkan pengambilan gula memandangkan rakyat Malaysia didapati mengambil gula secara berlebihan. Menurut kajian yang dilakukan oleh Kementerian Kesihatan pada tahun 2005, didapati bahawa rakyat Malaysia mengambil 125 gram atau 26 sudu teh gula sehari, melebihi daripada jumlah yang disarankan iaitu 50 gram atau 10 sudu teh sehari.

Terdapat pelbagai kesan kepada kesihatan akibat daripada pengambilan gula secara berlebihan:

1. Melemahkan sistem imunisasi (melawan penyakit)
2. Menggangguimbangan galian atau mineral dalam tubuh
3. Meningkatkan paras adrenalin dalam kalangan kanak-kanak yang menyebabkan mereka menjadi hiperaktif, gelisah dan nakal
4. Menyebabkan kanak-kanak berasa mengantuk dan kurang cergas
5. Menjejaskan pencapaian kanak-kanak dalam pelajaran
6. Meningkatkan paras *trigliserid*
7. Melemahkan daya tahan tubuh terhadap jangkitan bakteria
8. Merosakkan buah pinggang
9. Mengurangkan kandungan kolesterol yang baik (HDL)
10. Menggalakkan pertumbuhan kolesterol bahaya (LDL)
11. Mengurangkan kromium dan kuprum dalam badan
12. Mengganggu penyerapan kalsium dan magnesium oleh sistem badan
13. Menyebabkan kanser payudara, kanser ovari, kanser prostat dan kanser dubur
14. Meningkatkan risiko berlakunya kanser kolon (usus besar).
15. Menjadi faktor utama kepada kanser pundi hempedu
16. Meningkatkan tahap glukosa dengan cepat
17. Melemahkan penglihatan
18. Meningkatkan paras *serotonin* yang boleh menyempitkan pembuluh darah
19. Menjadi penyebab kepada *hipoglisemia*
20. Penyebab kepada perut berasid
21. Meningkatkan risiko penyakit jantung koronari
22. Mempercepatkan proses penuaan, kulit berkedut dan uban pada rambut
23. Merosakkan gigi
24. Penyumbang utama masalah kegemukan (obesiti)
25. Meningkatkan risiko penyakit *crohn* dan *kolitis* berulser
26. Penyebab bengkak saluran usus dalam kalangan pesakit gastrik
27. Penyebab arthritis
28. Penyebab lelah
29. Pembentukan batu dalam ginjal (batu karang)
30. Penyebab jangkitan yis atau *kandidiasis*
31. Penyebab pembentukan batu karang hempedu
32. Penyebab sakit jantung *iskemik*
33. Penyebab sakit apendiks



dari muka 5 ...

Gula berlebihan meningkatkan paras adrenalin dalam kalangan kanak-kanak yang menyebabkan mereka menjadi hiperaktif, gelisah dan nakal.



- | | |
|---|--|
| 34. Merangsang tanda-tanda <i>multiple sclerosis</i> | 52. Penyebab katarak |
| 35. Penyebab <i>vena varikos</i> | 53. Penyebab <i>emifisema</i> |
| 36. Meningkatkan tindakbalas glukosa dan insulin kepada pengamal pil pencegah kehamilan | 54. Penyebab <i>arteriosclerosis</i> |
| 37. Penyebab sakit gusi | 55. Penyebab pembentukan radikal bebas dalam aliran darah |
| 38. Penyumbang kepada osteoporosis | 56. Penyebab kehilangan keanjalan tisu serta fungsinya |
| 39. Penyebab air liur menjadi berasid | 57. Penyebab sel hati terbahagi dan ini meningkatkan saiz hati |
| 40. Penyebab kemerosotan sensitiviti insulin | 58. Meningkatkan paras lemak dalam hati |
| 41. Penyebab kemerosotan toleransi glukosa | 59. Menyebabkan saiz buah pinggang membesar |
| 42. Mengurangkan hormon tumbesaran | 60. Memberikan tekanan tinggi kepada pankreas dan akan merosakkannya |
| 43. Meningkatkan kolestrol dalam badan | 61. Meningkatkan retensi cecair dalam badan |
| 44. Meningkatkan tekanan darah sistolik | 62. Penyebab sembelit |
| 45. Menyebabkan struktur protein bertukar sehingga mengganggu penyerapan protein oleh tubuh | 63. Penyebab rabun jauh |
| 46. Penyebab alergi terhadap makanan | 64. Penyebab hipertensi |
| 47. Penyumbang utama kepada penyakit kencing manis | 65. Penyebab sakit kepala |
| 48. Penyebab keracunan darah semasa hamil | 66. Mengganggu kemampuan berfikir |
| 49. Penyebab ekzema kepada kanak-kanak | 67. Penyebab kemurungan |
| 50. Penyebab penyakit kardiovaskular | 68. Meningkatkan tindakbalas insulin |
| 51. Melemahkan struktur DNA | 69. Penyebab penapaian bakteria dalam usus |
| | 70. Penyebab ketidakseimbangan hormon |
| | 71. Meningkatkan risiko darah beku dalam badan |
| | 72. Meningkatkan risiko sakit Alzheimer |



Langkah Pencegahan Influenza A (H1N1)

Apa yang boleh saya lakukan untuk mencegah diri saya daripada dijangkiti Influenza A (H1N1)?

Cara jangkitan virus Influenza A (H1N1) adalah sama seperti influenza bermusim, iaitu melalui titisan cecair yang dikeluarkan apabila bercakap, bersin atau batuk. Anda boleh mencegah daripada jangkitan dengan mengelakkan diri daripada berada berdekatan dengan orang yang menunjukkan simptom-simptom influenza (cuba untuk mengekalkan jarak sekurang-kurangnya 1 meter) dan ambil langkah-langkah seperti berikut:

- Elakkan daripada menyentuh mulut dan hidung anda;
- Amalkan kebersihan diri dan adab batuk yang betul;
- Cuci tangan anda dengan sabun dan air, atau bersihkan tangan dengan pencuci tangan secara kerap (terutamanya jika tersentuh mulut dan hidung, atau bahagian yang mungkin boleh menyebarkan virus);
- Elakkan daripada berada berdekatan dengan orang yang mungkin dijangkiti;
- Elakkan daripada berada di tempat yang sesak;
- Memperbaiki laluan udara di ruang tempat tinggal anda dengan membuka tingkap;
- Amalkan gaya hidup sihat, seperti tidur yang mencukupi, makan makanan yang berkhasiat, dan aktif secara fizikal.

Bagaimana pula dengan penggunaan penutup muka?

Jika anda tidak sakit, maka anda tidak perlu memakai penutup muka.



Tiada bukti kukuh mengenai keberkesanan memakai penutup muka di tempat awam. Namun, ia hendaklah digunakan dalam ruang yang sesak/tertutup apabila berhubung dengan individu yang mengalami gejala influenza.

Individu boleh memakai penutup muka ketika berada di rumah, terutamanya jika mereka berhubung rapat dengan individu yang mengalami gejala influenza, contohnya semasa menjaga ahli keluarga yang sakit.

Penggunaan penutup muka membolehkan individu yang mengalami gejala influenza menutup mulut dan hidung mereka untuk menghalang titisan cecair dari tersebar serta menjangkiti individu lain.

Jika anda sakit dan perlu keluar dari rumah, tutup mulut dan hidung anda dengan penutup muka.

Penutup muka juga disyorkan kepada golongan yang berisiko tinggi apabila berada di kawasan yang sesak.

Bagaimana untuk mengetahui bahawa saya menghidapi Influenza A (H1N1)?

Anda tidak akan dapat membezakan antara flu bermusim dan Influenza A (H1N1) tanpa bantuan perubatan. Simptom-simptom biasa yang perlu diawasi adalah sama seperti virus bermusim termasuklah demam, batuk, sakit kepala, sakit badan, sakit tekak dan hidung yang berair. Hanya pengamal perubatan dan pusat kesihatan tempatan yang dapat mengesahkan kes Influenza A (H1N1).

dari muka 7 ...

Apa yang perlu dilakukan jika saya berkemungkinan dijangkiti penyakit tersebut?

Jika anda berasa tidak sihat, menghidap demam panas, batuk atau sakit tekak, maka anda hendaklah:

- tinggal di rumah dan menghindari tempat kerja, sekolah atau tempat yang sesak;
- berehat dan banyakkan minum air;
- tutup hidung dan mulut anda ketika batuk dan bersin. Jika anda menggunakan tisu, pastikan tisu tersebut terus dibuang. Kemudian cuci tangan anda dengan sabun dan air atau bersihkan tangan dengan pencuci tangan;
- sekiranya anda tidak mempunyai tisu bersama anda ketika batuk atau bersin, tutup mulut anda dengan pelipat siku anda;
- gunakan penutup muka untuk mencegah daripada menyebarkan titisan cecair ketika berada di sekeliling orang ramai;
- beritahu ahli keluarga dan rakan-rakan tentang penyakit anda dan cuba mengelakkan daripada berhubung rapat dengan orang lain;
- berjumpa dengan pakar kesihatan sebelum melancong untuk mendapatkan nasihat perubatan.

Adakah saya perlu mengambil antiviral sekarang seandainya saya dijangkiti virus ini kemudian?

Tidak perlu. Anda hanya perlu mengambil antiviral seperti *oseltamivir* atau *zanamivir* apabila dinasihatkan untuk berbuat demikian oleh doktor. Anda tidak perlu membeli ubat untuk menghindari influenza ini tanpa saranan daripada doktor. Anda perlu berhati-hati jika membuat sebarang pembelian antiviral melalui internet.

Bilakah seseorang itu perlu mendapatkan rawatan perubatan?

Seseorang perlu mendapatkan rawatan perubatan sekiranya mengalami sesak nafas, atau demam yang berlarutan lebih daripada tiga hari. Ibu bapa yang mempunyai anak yang sakit perlu mendapatkan rawatan perubatan jika anak tersebut menghadapi kesukaran bernafas serta demam yang berterusan.

Rawatan sokongan di rumah – berehat, banyakkan minum air serta mengambil ubat tahan sakit sudah mencukupi untuk pulih semula dalam kebanyakan kes.



Beritahu ahli keluarga dan rakan-rakan tentang penyakit anda dan cuba mengelakkan daripada berhubung rapat dengan orang lain

Perluakah saya pergi bekerja jika saya menghidapi flu tetapi berasa sihat?

Tidak. Sama ada anda menghidapi influenza A (H1N1) atau influenza bermusim, anda patut duduk di rumah dan tidak datang bekerja sepanjang simptom tersebut. Ini merupakan langkah untuk melindungi rakan sekerja anda dan orang lain daripada turut dijangkiti.

Bolehkah saya pergi melancong?

Sekiranya anda berasa tidak sihat atau mempunyai simptom-simptom influenza, anda tidak sepatutnya pergi melancong. Jika terdapat sebarang keraguan tentang kesihatan anda, segeralah berjumpa doktor untuk mendapatkan pemeriksaan.

Sumber: WHO dan Kementerian Kesihatan Malaysia

Pengendalian Makanan Bersih Elak Jangkitan Bakteria



Menjaga kebersihan makanan dan bahan mentah ketika menyediakannya amat penting bagi mengelakkan daripada pencemaran dan keracunan makanan. Aspek kebersihan yang perlu diberikan perhatian bukan hanya pada makanan yang disajikan di atas meja, tetapi juga di persekitaran dapur, iaitu di dalam sinki (tempat mencuci ikan, ayam, buah-buahan dan sayuran), pisau dan bekas yang digunakan untuk memotong dan cara memasak makanan tersebut.

Anda hendaklah memastikan sinki anda sentiasa berada dalam keadaan yang bersih dan disiram dengan air panas setiap pagi bagi mengelakkan bakteria membiak di dalam lubang sinki itu. Begitu juga dengan pisau pemotong daging hendaklah dibersihkan dan direndam dengan air panas selepas digunakan.

Ruangan dapur yang tidak diselia dengan baik akan menjadi tempat latat, tikus dan lipas berkeliaran, yang menjadi ejen pembawa pelbagai penyakit.

Sekiranya anda ingin mengajak keluarga atau pasangan anda makan di mana-mana restoran, cuba lihat seketika ke ruangan dapurnya, sama ada tahap kebersihan di dapur memuaskan hati atau tidak, lantainya dimop dengan bersih, manakala tandas yang terletak berhampiran dengan dapur dijaga dengan baik dan sentiasa bersih.

Kini beberapa pihak berkuasa tempatan telah mengadakan sistem pengredan bagi kebersihan restoran dan gerai makanan. Pastikan gred yang diberikan kepada restoran itu sebelum membuat keputusan untuk makan di restoran tersebut.

Memang sukar untuk membezakan makanan yang sudah dicemari. Hanya cara penyediaan dan pengendalian yang bersih dan teliti sahaja dapat mengatasi dan mengelakkan keracunan makanan.

Keracunan makanan

Di antara punca keracunan makanan ialah akibat daripada jangkitan bakteria, protozoa, penggunaan racun serangga kepada sayuran dan buah-buahan yang berlebihan; virus, racun daripada kulat yang membiak pada makanan dan bahan kimia.

Perlu diingat bahawa keracunan makanan boleh berlaku dalam tempoh 48 jam setelah anda memakan makanan yang tercemar. Di antara tanda-tanda anda mengalami keracunan makanan ialah berasa mual, muntah, cirit-birit, pening dan gangguan perut.

Bahaya keracunan makanan ialah anda akan kehilangan banyak air dalam badan. Oleh itu, sekiranya anda mengalami keracunan makanan, minum lebih banyak air yang ditapis atau air mineral bagi menggantikan air yang hilang daripada

tubuh anda.

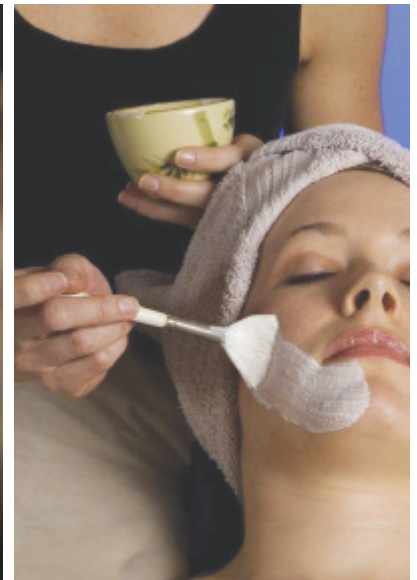
Jika anda tidak minum air secukupnya, ia boleh membawa akibat yang serius sehingga boleh membawa maut. Selain itu, keracunan saraf yang berpunca daripada keracunan makanan juga boleh mengancam nyawa.

Kini semakin banyak sayur-sayuran dan buah-buahan organik boleh dibeli di pasaran. Memakan makanan organik ini dapat mengelakkan keracunan makanan akibat daripada bahan kimia dan racun serangga yang terdapat dalam sayur-sayuran dan buah-buahan.

Biarpun harga bahan makanan organik ini lebih tinggi berbanding bahan makanan bukan organik, namun anda boleh menjamin keselamatan anda sekeluarga.

Panduan Mengelakkan Keracunan Makanan:

- Penjual atau pengendali makanan mestilah dalam keadaan sihat dan perlu mengambil suntikan bagi menghindari daripada menghadapi penyakit berjangkit.
- Peralatan dapur serta permukaan tempat memasak yang bersentuhan dengan daging mentah dan lemak mestilah dicuci dengan air panas bersabun, sebelum dan selepas menyediakan makanan.
- Pastikan daging dan ikan daripada peti sejukbeku yang dicairkan pada suhu tidak melebihi dua jam. Sebaiknya dicairkan dalam peti sejuk atau ketuhar gelombang mikro dan terus dimasak. Jangan menyimpan semula daging yang sudah dicairkan.
- Rancang penyimpanan stok makanan mengikut keperluan. Jika anda membeli daging sebanyak 3 kg dan keperluan memasak ialah 1 kg, maka bahagikan daging tersebut kepada tiga bahagian, bungkus dan simpan kembali di dalam peti sejuk.
- Pastikan bahan makanan mentah dalam keadaan bersih (tidak tercemar) dan dimasak dengan sempurna.
- Apabila mengendalikan makanan, basuh tangan atau gunakan sepiut makanan, guna apron dan memakai penutup kepala.
- Makanan hendaklah ditutup bagi mengelakkan daripada terdedah kepada habuk, disimpan di tempat yang selamat daripada punca pembiakan kuman.
- Makanan yang dijual dalam keadaan panas, mestilah sekitar suhu 63-70 darjah Celcius. Jangan biarkan melebihi dua jam pada suhu di antara 40-60 darjah Celcius kerana ini menggalakkan pembiakan bakteria.



Pembedahan Kosmetik -

Bahagian 2: Pematuhan kepada standard industri

Perniagaan yang terlibat dalam bidang rawatan estetik dan pembedahan kosmetik perlu memainkan peranan dalam pembangunan standard industri, bagi memastikan mereka menguasai standard tersebut dan bersama-sama menangani amalan tidak beretika serta untuk melindungi pengguna. Terdapat pertubuhan dan persatuan bagi mereka yang berada dalam bidang tersebut. Di antaranya seperti *"Malaysian Association of Plastic, Aesthetic and Craniofacial Surgeons (MAPACS), Malaysian Society of Cosmetology dan Malaysian Society of Aesthetic Medicine"*.

Selain itu, terdapat juga persatuan seperti *"Association of Malaysian Spas"*. Pertubuhan dan persatuan tersebut adalah merupakan tempat yang terbaik untuk menimba pengetahuan untuk memperbaiki keselamatan dan mengurangkan risiko bagi pengguna dalam mendapatkan rawatan pembedahan kosmetik. Mereka perlu melibatkan diri dalam *"road show"* untuk mewujudkan kesedaran dalam kalangan mereka yang terlibat dalam industri ini. Ia bagi memastikan para pengguna tidak terancam serta dapat mengelakkan daripada industri rawatan estetik ini pupus.

Pematuhan terhadap undang-undang dan standard memastikan hanya mereka yang beretika sahaja yang boleh bergiat dalam industri ini.

Pertubuhan-pertubuhan ini juga perlu bekerjasama dengan Kementerian Kesihatan Malaysia untuk memastikan pendaftaran mereka sentiasa dikemas kini. Mereka juga perlu mengemas kini maklumat tentang teknologi terkini yang berisiko, perkara yang boleh dan tidak boleh dilakukan bagi membantu pesakit membuat pilihan apabila ingin mendapatkan perkhidmatan pembedahan kosmetik. Pada masa ini, prosedur seperti ini masih belum diwujudkan lagi. Selain itu perlu juga disenaraikan prosedur yang tidak dibenarkan dalam pembedahan kosmetik bagi memastikan pesakit

menyedari lebih awal tentang risiko dan bahaya prosedur tersebut.

Apabila memperkatakan tentang pembedahan kosmetik, menurut Dr. Somasundram Sathappan, seorang pakar perunding dan pembedahan plastik, *"Apabila menyatakan tentang prosedur yang tidak berkuasa, prosedur 'gold thread' terlintas dalam minda saya. Oleh itu, ia tidak berupaya untuk menyokong atau membantu wajah seseorang apabila menggunakan prosedur penegangan muka."*

Penguatkuasaan

Pada tahun 2006, Timbalan Menteri Kesihatan menyatakan bahawa penguatkuasaan yang tidak berkesan terutamanya terhadap salun kecantikan, spa, klinik dan sebagainya, telah menyebabkan berlakunya kegiatan pembedahan kosmetik secara tidak sah.

Kesalahan-kesalahan di bawah Akta Perubatan dan Akta Perubatan Swasta perlu dikuatkuasakan untuk mengelakkan daripada berlakunya amalan salah laku dan operasi yang tidak sah. Senarai pusat kecantikan atau klinik yang dibatalkan lesen serta kesalahan yang telah dilakukan perlu didedahkan kepada pesakit yang berpotensi untuk mendapatkan perkhidmatan daripada hospital dan klinik.

Kementerian Kesihatan juga hendaklah menjadikan standard keselamatan pesakit sebagai mandatori di hospital dan klinik. Semua hospital dan klinik juga harus mempamerkan maklumat mengenai keselamatan pesakit dan hak-hak pesakit dengan jelas. Selain daripada hak pesakit dan maklumat keselamatan, ia juga perlu mempunyai mekanisme ganti rugi dan kemudahan untuk mendapatkan perkhidmatan ganti rugi yang membolehkan pesakit membuat aduan dan pertanyaan.



PUSAT KHIDMAT ADUAN PENGGUNA NASIONAL
NATIONAL CONSUMER COMPLAINTS CENTRE



1D, Bangunan SKPPK,
Jalan SS9A/17,
47300 Petaling Jaya,
Selangor, Malaysia.
Tel: 03-7877 9000
Fax: 03-7874 8087

NCCC

Email: nccc@nccc.org.my
Web : www.nccc.org.my

Kumpulan Wang Penjelas @ *Sinking Fund*

Ramai yang masih berasa keliru dan tidak mengetahui mengapakah kita membayar Kumpulan Wang Penjelas atau dikenali sebagai "*Sinking Fund*" untuk pangsapuri sedangkan dalam masa yang sama kita juga membayar wang penyelenggaraan..

Dalam hal ini terdapat empat persoalan yang terlintas dalam fikiran penghuni rumah bertingkat seperti ini.

- 1) Adakah perbadanan pengurusan (*management corporation*) mempunyai bidang kuasa di bawah undang-undang untuk mengutip wang daripada pembeli rumah bertingkat?
- 2) Apakah peranan kutipan wang yang diambil khas untuk kumpulan wang penjelas ini jika dibandingkan dengan bayaran perkhidmatan penyelenggaraan?
- 3) Bolehkah perbadanan pengurusan menyalahgunakan kumpulan wang penjelas untuk pelbagai alasan?
- 4) Sekiranya berlaku penyalahgunaan kumpulan wang penjelas, apakah hak kita sebagai Pembeli Rumah?

Jawapannya

Akta 46 Hakmilik Strata 1985 dan Jadual H Akta Pemajuan Perumahan (Kawalan dan Pelesenan) 1989 menjelaskan kumpulan wang penjelas diungkapkan sebagai tabung istimewa dan ia boleh dikutip untuk memenuhi keperluan penting bangunan.

Pembeli rumah tidak harus keliru dengan kedua-dua pengutipan wang oleh perbadanan pengurusan iaitu kumpulan wang penjelas dan juga wang penyelenggaraan. Ini disebabkan masing-masing mempunyai fungsinya tersendiri iaitu kutipan wang penyelenggaraan digunakan untuk perkhidmatan penyelenggaraan bangunan ataupun pangsapuri misalnya untuk kerja-kerja pembersihan kawasan awam, menyelenggara surau, dewan serbaguna, pengurusan dan sebagainya.

Sebaliknya kumpulan wang penjelas pula digunakan sebagai wang simpanan yang digunakan khas untuk memperbaiki kerosakan utiliti dan penggantian sebarang kerosakan di pangsapuri. Selain itu ia juga digunakan untuk mengecat keseluruhan bangunan beberapa tahun sekali untuk mengekalkan kualiti bangunan.

Pembeli rumah bertingkat secara peringkatnya, hendaklah

pada tarikh mengambil pemilikan kosong "*vacant position*" mencarum kepada kumpulan wang penjelas dengan sepuluh peratus (10) daripada bayaran perkhidmatan. Pembeli hendaklah membayar deposit satu (1) bulan dan tiga (3) bulan pendahuluan sebagai caruman kepada Kumpulan Wang Penjelas mulai tarikh pemilikan kosong dan selepas itu caruman yang sedemikian hendaklah dibayar satu bulan terdahulu.

Mengikut Akta Hak Milik Strata 1985 dan Jadual H Akta Pemajuan Perumahan (Kawalan dan Pelesenan) 1989 hanya membenarkan beberapa perkara terhad untuk Badan Pengurusan menggunakan kumpulan wang penjelas ini adalah demi kepentingan pencarum dan agar penggunaan wang yang adil dapat dijamin.

Namun apa yang membimbangkan pembeli rumah bertingkat adalah penyalahgunaan kutipan tersebut. Setelah meneliti undang-undang tersebut, didapati wujudnya beberapa kelemahan misalnya kekurangan panduan tentang cara pengutipan serta tidak dijelaskan dengan lebih terperinci tentang penggunaan dan hadnya. Selain itu tidak juga dijelaskan dengan baik bagaimana wang itu harus diurus dengan telus atau menjadi tanggungjawab perbadanan pengurusan untuk memberi penjelasan yang teliti tentang akaun kumpulan wang penjelas.

Walau bagaimanapun pembeli perlu diberi kedudukan yang lebih baik dengan memberi lebih banyak tanggungjawab kepada perbadanan pengurusan untuk mencapai tujuan pengumpulan kumpulan wang penjelas yang lebih mantap.

Klausu 20 Jadual H mengatakan bahawa pemaju seharusnya menyimpan kutipan wang penjelas sebagai amanah sehinggalah perbadanan pengurusan ditubuhkan. Pemaju atau ejennya hendaklah memberikan audit tahunan kepada semua pembeli untuk menjelaskan berapa jumlah wang yang disimpan dan digunakan untuk keperluan bangunan.

Oleh itu, pembeli hendaklah peka dan bijak dalam menangani masalah kumpulan wang penjelas. Banyak aduan yang diterima tentang perbadanan pengurusan yang menyalahgunakan kumpulan wang penjelas. Perbuatan ini adalah salah di sisi undang-undang.

Sekiranya terdapat penyalahgunaan terhadap kumpulan wang penjelas, maka aduan hendaklah dibuat kepada Kementerian Perumahan dan Kerajaan Tempatan atau NCCC.



Sistem pengebilan yang berlainan bagi perkhidmatan bekalan air dan pembetulan menyebabkan kosnya lebih mahal dan mempunyai kos tambahan dari segi pengurusan dan pembayaran. Oleh itu bagi memberikan manfaat kepada para pengguna, dicadangkan agar kedua-dua bil ini digabungkan dari segi tarifnya.

Penggabungan ini wajar dibuat berdasarkan penggunaan air bagi setiap 20 meter padu. Kini pengguna membayar caj pembetulan sebanyak RM 8.00 setiap bulan tidak kira sama ada penggunaannya tinggi atau rendah.

Mengapa struktur bayaran seperti ini diperlukan?

- i) Kebanyakan pengguna membayar caj pembetulan secara tetap iaitu RM8.00 sebulan. Terdapat pengguna yang menghasilkan air kumbahan yang lebih banyak berbanding dengan pengguna yang lain, tetapi membayar bil pembetulan dengan jumlah bayaran yang sama. Ini adalah tidak adil kepada pengguna yang jimat menggunakan air.
- ii) Langkah menjimatkan penggunaan air bermula apabila pengguna mengetahui kos penggunaan air mereka. Ini bertujuan untuk mewujudkan penggunaan air yang lestari di rumah dan pejabat.
- iii) Ia bertujuan untuk mengagihkan tanggungjawab yang lebih adil kepada pengguna agar menggunakan air dengan lebih jimat. Struktur seperti ini juga dipraktikkan di negara lain.

Bagaimana pengguna dapat mengurangkan penggunaan air?

- i) Kajian menunjukkan bahawa lebih daripada 60 peratus air yang digunakan di rumah telah memasuki sistem pembetulan sebagai air kumbahan; oleh itu, pengguna

hendaklah mengurangkan penggunaan air.

- ii) Air sisa daripada dapur (air cucian sayuran dan pakaian) boleh digunakan untuk menyirir tandas.
- iii) Penggunaan air hujan untuk sesuatu tujuan yang bukan untuk memasak dan minuman boleh membantu mengurangkan penggunaan air yang dirawat.

Bagaimana dengan saluran air sisa daripada dapur yang tidak disambungkan dengan saluran pembetulan?

Sistem ini menggunakan sistem rawatan air sisa di perkarangan rumah. Sistem ini tidak mesra alam sekitar jika enap cemar (*sludge*) tidak dibuang.

- (i) Satu mekanisme yang sama perlu diwujudkan. Pengguna terpaksa membayar satu nilai pukal untuk pembuangan enap cemar, jika bayaran ini dibuat berdasarkan sistem tarif yang lebih mesra pengguna, maka bayaran yang dikenakan adalah lebih adil.
- (ii) Kebanyakan pemilik premis tidak melakukan pembuangan enap cemar. Pembuangan ini perlu dilakukan sekali bagi setiap dua hingga tiga tahun. Kegagalan berbuat sedemikian akan menyebabkan pemilik premis boleh didenda oleh Suruhanjaya Perkhidmatan Air Negara (SPAN).

Oleh itu diharapkan satu sistem yang lebih mesra pengguna dapat diwujudkan bagi mendidik pengguna menjadi lebih lestari dalam penggunaan air serta menjaga alam sekitar. Dalam jangka masa panjang, pengurangan kos operasi dapat dilakukan.

Sumbangan Persatuan Pengguna Air dan Tenaga Malaysia (WECAM)
www.wecam.org.my