

Buletin maklumat kepenggunaan semasa
pengguna

JANUARI 2007



Kementerian
Perdagangan Dalam
Negeri dan Hal Ehwal
Pengguna



**PENGGUNA
DAN
KESANNYA
AKIBAT
PEMANASAN
GLOBAL**

**STANDARD PERALATAN
PERUBATAN**

**PROGRAM PENDIDIKAN
BANK NEGARA**

PELABURAN FOREX

**MAKANAN SEGERA
DAN KESIHATAN**

ISSN 1675-5626



9 771675 562001

BULETIN PENGGUNA

SIDANG REDAKSI

PENASIHAT

Mohd Zain Mohd Dom
Ketua Setiausaha

Kementerian Perdagangan Dalam Negeri
dan Hal Ehwal Pengguna

KETUA SIDANG PENGARANG
Ismail bin Jantan

TIMBALAN

KETUA SIDANG PENGARANG
Mohd Yusof bin Abdul Rahman

SIDANG PENGARANG

Masri bin Misran
Azendi bin Mohd Zawawi
Nazleen bte Mohd Emran
Indrani Thuraisingham
Siti Rahayu bte Zakaria

DICETAK OLEH
Syarikat Asas Jaya

Buletin Pengguna merupakan penerbitan usahasama di antara Kementerian Perdagangan Dalam Negeri dan Hal Ehwal Pengguna dan FOMCA. Ia diterbitkan pada setiap bulan. Sumbangan 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

Bahagian Hal Ehwal Pengguna
Kementerian Perdagangan Dalam Negeri dan Hal Ehwal Pengguna
Aras 4, Lot 2G3, Presint 2
Pusat Pentadbiran
Kerajaan Persekutuan
62623 Putrajaya

EMEL
buletinpengguna@hotmail.com

LAMAN WEB KPDN & HEP
www.kpdnhep.gov.my

LAMAN WEB FOMCA
www.fomca.org.my

E-ADUAN
<http://e-aduan.kpdnhep.gov.my>

SMS E-ADUAN
32255

HOTLINE KEMENTERIAN
1-800-886-800

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

MINDA EDITOR

Kita kini berada di tahun 2007. Sebagaimana juga tahun 2006, tahun ini sudah tentu akan dihadapi oleh para pengguna dengan pelbagai cabaran yang getir.

Mulai 1 Januari 2007, kadar tol bagi lima lebuh raya akan naik sebanyak 20% hingga 60%. Semua lebuhraya ini terletak di Lembah Kelang. Sudah tentulah apabila ini berlaku, kos pengangkutan akan meningkat seiring dengan kenaikan kadar tol tersebut.

Mungkin sempena tahun baru ini, kita boleh meletakkan azam baru, iaitu untuk menggunakan pengangkutan awam, bagi mengurangkan beban kewangan. Selain itu, sekiranya perlu menggunakan pengangkutan sendiri, kurangkan perbelanjaan lain yang kurang perlu, seperti membatalkan langganan televisyen berbayar, kurangkan makan di luar dan sebagainya.

Tahun 2007 juga dinantikan dengan debaran kerana pada awal tahun ini, kerajaan Malaysia dan Amerika Syarikat akan merangka Perjanjian Perdagangan Bebas (FTAAS-Malaysia). Biarpun perjanjian ini apabila dilaksanakan akan membolehkan pengguna menikmati pelbagai pilihan barang yang akan masuk ke pasaran negara. Namun begitu, terdapat suara-suara yang menentang perlaksanaan perjanjian ini kerana dikhuatiri ia akan menjelaskan beberapa sektor tertentu, seperti sektor pertanian, perubatan dan sebagainya.

Harga minyak di pasaran antarabangsa masih belum begitu stabil. Walaupun pada awal tahun 2007, berlaku sedikit penurunan harga, namun ia masih belum menjanjikan bahawa harga tersebut akan turun. Mungkin harganya akan naik semula melebihi paras harga AS\$70 setong. Ketika itu, timbul lagi kerisauan dalam kalangan pengguna, sekiranya kerajaan mengkaji semula harga runcit bahan berdasarkan petroleum.

Pada tahun lalu, ketika menaikkan harga bahan berdasarkan petroleum sebanyak 30 sen, kerajaan menjangkakan dapat menjimatkan sebanyak 4.4 bilion. Wang yang dapat dijimatkan ini akan digunakan untuk menaiktarafkan sistem pengangkutan awam. Sudah tentu para pengguna ternanti-nanti agar ia benar-benar menjadi realiti agar pengguna tidak lagi perlu menggunakan kenderaan sendiri, tetapi sebaliknya menggunakan pengangkutan awam untuk pergi ke mana-mana destinasi.

Pengguna mungkin tidak kisah berlakunya kenaikan harga atau kadar utiliti sekiranya mereka mempunyai alternatif. Persoalannya mereka tidak mempunyai pilihan dan terpaksa menanggung apa jua kenaikan yang berlaku.

KEPENGGUNAAN DALAM 50 TAHUN MERDEKA

Kesihatan Pengguna

Perubatan pada asasnya adalah sama di seluruh dunia: mengaplikasikan pengetahuan sains dan kemajuan teknologi untuk memperbaiki kesihatan masyarakat sejagat. Keperluan dan keinginan masyarakat mesti ditangani dengan sumber terhad yang ada. Dalam konteks ini, siapa yang patut menerima faedah perubatan apabila sumbernya tidak mencukupi?

Sejak kemerdekaan, asas kepada sistem penjagaan kesihatan Malaysia adalah tertumpu kepada keberkesanan sistem penyampaian ke kawasan bandar dan luar bandar oleh pihak kerajaan, disokong oleh satu program kesihatan awam yang komprehensif. Dalam tahun 1982, sistem ini menerima pujian daripada pakar ekonomi kesihatan International Monetary Fund (IMF) atas kemudahan perubatan yang menyeluruh. Dalam 1992, Malaysia dipuji oleh Pertubuhan Kesihatan Sedunia (WHO) kerana memiliki salah satu sistem kesihatan yang paling menyeluruh di rantau Pasifik.

Jangka hayat untuk kaum lelaki meningkat dari 66.7 tahun dalam 1980 hingga 69.4 tahun dalam 1995. Kaum wanita menampakkan peningkatan daripada 71.6 tahun ke 74.2 tahun. Pertumbuhan ini pada masakini adalah rata dalam tahun 2005, purata jangka hayat untuk kaum lelaki dari kelahiran adalah 69.6 tahun manakala kaum wanita pula 75.1 tahun.

Sektor awam dan swasta

Kedua-dua sektor awam dan swasta memainkan peranan penting dalam sistem penyampaian kesihatan di Malaysia. Lebih kurang 80 peratus perkhidmatan kesihatan adalah dari sektor awam, manakala yang selebihnya adalah dari sektor swasta. Sektor awam adalah dibawah subsidi yang tinggi dan berfokus kepada promosi kesihatan, rehabilitatif, dan pemulihan(curative) di tahap primer, sekunder, dan tertier. Sektor swasta yang kian berkembang berfokus kepada penawaran perkhidmatan pemulihan dan rehabilitatif dan dibiayai sepenuhnya secara fee-for-service tanpa sebarang subsidi.

Terdapat 3 jenis hospital awam: 1) hospital awam (GH), 2) hospital daerah, dan 3) institut perubatan



khas. Setiap satu dari 16 ibu kota negeri-negeri di Malaysia mempunyai hospital am, yang secara puratanya mempunyai di antara 600 hingga 700 buah katil dan perkhidmatan kesihatan yang mencukupi. Disebabkan, kos, saiz dan perkhidmatan yang lebih menyeluruh, hospital am merupakan jenis hospital awam yang paling dikunjungi. Hospital daerah yang lebih kecil mempunyai purata antara 250 hingga 400 buah katil dan perkhidmatannya lebih kepada diagnostik asas dan pemulihan.

Hospital swasta, walaupun hanya menawarkan lebih kurang 20 peratus daripada perkhidmatan kesihatan seluruh negara, mengupah lebih dari 50 peratus doktor di Malaysia. Sistem kesihatan swasta yang kian berkembang dalam 10 tahun yang lepas akibat dari faktor-faktor seperti peningkatan pembelian insurans swasta oleh majikan kepada staf dan pendapatan perkapita yang semakin meningkat, dijangka dalam masa 15 tahun pada masa akan datang meningkatkan perbelanjaan kesihatan Malaysia dari 3 peratus GDP ke 6 peratus GDP.

Pengkorporatan perkhidmatan kesihatan

Sebahagian besar daripada perkhidmatan utiliti dan pembekalan dalam sektor kesihatan awam pada masa ini telah diswastakan pengurusannya kepada syarikat swasta. Bahagian-bahagian terpilih dari perkhidmatan perubatan kerajaan seperti perkhidmatan laundry, perolehan farmaseutikal, penyelenggaraan alatan, pengurusan sisa klinikal, dan juga Institut Jantung Negara (IJN) telah dikorporatkan pada tahun 90an. Menurut kajian EPU, konsep pengkorporatan memberikan faedah-faedah seperti mengurangkan beban kerajaan, lebih peruntukan untuk meningkatkan kualiti perkhidmatan, dan pengawalan kos yang lebih efektif. Walaubagaimanapun, terdapat juga pelbagai maklumbalas dari golongan masyarakat sivil bahawa sejak perlaksanakan konsep tersebut, telah menampakkan peningkatan kos perubatan secara keseluruhan dan menyekat akses golongan kurang berkemampuan kepada perkhidmatan kesihatan.

Standard Peralatan

Perubatan



Secara amnya, peralatan perubatan adalah instrumen, perkakas, mesin, implan dan reagen *in vitro* dan lain-lain artikel yang sama dan digunakan untuk tujuan mengenal pasti atau diagnosis penyakit atau keadaan lain, merawat, atau untuk mengelakkan penyakit. Oleh kerana itu peralatan perubatan melibatkan peralatan seperti termometer, jantung buatan, 'pace-maker' hingga ke *kit* di rumah untuk menguji tahap gula dalam darah dan tekanan darah.

Pada bulan Februari 2005, Kementerian Kesihatan membuat keputusan untuk mengawal peralatan perubatan di Malaysia. Tujuan-tujuan peraturan peralatan perubatan adalah seperti berikut:

- Melindungi keselamatan dan kesihatan awam
- Memberikan peluang kepada pesakit untuk mendapatkan teknologi baru bagi pengesahan awal, diagnosis dan rawatan
- Bagi memudahkan perdagangan dan menguatkan / memajukan lagi industri peralatan perubatan

Keperluan pendaftaran premis berkaitan peralatan perubatan dan keluaran peralatan perubatan didapati adalah peringkat asas / awal dalam kawalan undang-undang bagi peralatan perubatan di pasaran. Sistem pendaftaran sedemikian dapat mengenalpasti peralatan, pihak yang bertanggungjawab dan memudahkan sebarang aktiviti kawalan.

Sejajar dengan itu, Kementerian Kesihatan telah melancarkan Skim Pendaftaran Sukarela bagi Premis Peralatan Perubatan di Malaysia (MeDVER). Ini adalah sebagai langkah pertama dalam arah tuju untuk mengawal peralatan perubatan.

Premis-premis berkaitan peralatan perubatan harus ingat bahawa MeDVER bukanlah sistem kelulusan. Pemberian nombor pendaftaran tidak melibatkan persetujuan dengan Kementerian Kesihatan sebagai mewakili kelulusan premis dan peralatan.

Di antara tujuan MeDVER adalah untuk menyesuaikan semua pihak yang terlibat dengan proses pendaftaran, untuk menilai kesediaan premis peralatan perubatan dalam mematuhi keperluan peraturan-peraturan yang akan dibangunkan dan menyediakan pemindahan yang lancar kepada fasa mandatori dan penguatkuasaan penuh peraturan-peraturan peralatan perubatan. Pendaftaran premis peralatan perubatan melibatkan pihak-pihak berikut:

- pengeluar peralatan perubatan
- pengeksport dan pengimport peralatan perubatan
- pengedar dan penjual peralatan perubatan

Peraturan-peraturan kawalan peralatan perubatan yang akan diwartakan kelak (lebih kurang pada tahun 2008) akan merangkumi pematuhan kepada keperluan-keperluan

seperti pelabelan, pensterilan, ujian toksikologi dan penilaian klinikal dan sistem pengurusan kualiti.

Apakah tanggungjawab pengguna untuk melindungi diri mereka daripada peralatan perubatan yang tidak selamat atau tidak mematuhi standar-standard yang sesuai?

Pengguna yang membeli peralatan perubatan di kaunter farmasi (*over the counter* atau OTC) harus memastikan label pada pembungkusan peralatan perubatan sekurang-kurangnya mempunyai maklumat-maklumat berikut demi keselamatan mereka sendiri:

1. Nombor pendaftaran premis peralatan perubatan
2. Nama peralatan
3. Nama dan alamat pengeluar, pengedar dsb.
4. Nombor 'batch' atau nombor siri dan
5. Lokasi peralatan, iaitu:
 - a. Dalam bungkusan: 2 dalam satu pek atau tiga (dsb) dalam satu pek; peralatan yang sama atau berlainan dalam satu pek.
 - b. Sebahagian daripada peralatan atau bahan lain dalam pek yang sama dan kuantiti setiap bahan tersebut.
 - c. Perlu ada label amaran di mana perlu, contohnya: kegunaan sekali sahaja atau 'Single Use Only' atau 'Use Only Once'
 - d. Jika peralatan atau bahagian peralatan tersebut telah dinyahkuman perkataan 'Sterile' harus wujud di mana berkaitan.

Selain daripada perkara-perkara di atas adalah sangat penting untuk pengguna peralatan perubatan OTC membaca **arahan dan amaran penggunaan dengan teliti**. Pengguna juga harus mempunyai atau dibekalkan dengan maklumat untuk menghubungi pihak-pihak tertentu sekiranya berlaku insiden akibat peralatan yang tidak selamat atau tidak mematuhi keperluan standard dan spesifikasi peraturan kelak.

Peralatan perubatan yang sensitif terhadap daya elektro magnetik harus mempunyai label EMC yang dikeluarkan oleh SIRIM Berhad apabila peralatan tersebut telah memenuhi standard EMC yang relevan.

Pengguna peralatan perubatan termasuk doktor, klinik dan sebagainya harus mengetahui cara pelupusan peralatan perubatan yang bertanggungjawab. Pelupusan tidak terkawal mempunyai potensi kontaminasi kakitangan pengendalian sisa dan juga alam sekitar.

Sumbangan: Persatuan Pengguna Standard Malaysia

Bank Negara Malaysia dan Program Pendidikan Pengguna

Jabatan Komunikasi Korporat, Bank Negara Malaysia



BANK NEGARA MALAYSIA
CENTRAL BANK OF MALAYSIA



Sistem kewangan yang mantap dan progresif merupakan prasyarat penting dan utama untuk mencapai pertumbuhan ekonomi dan pembangunan yang mampan. Dekad yang baru lalu telah menyaksikan transformasi yang ketara dalam landskap kewangan, yang terbentuk oleh kuasa globalisasi, kemajuan dalam teknologi, trend ke arah orientasi pasaran dan inovasi kewangan yang tinggi. Keperluan dan harapan pengguna juga pesat berubah seiring dengan tahap pendidikan dan taraf hidup. Dalam persekitaran yang lebih dinamik ini, tugas mengekalkan kestabilan kewangan menjadi semakin kompleks dan mencabar.

Menyedari hakikat betapa kompleksnya landskap kewangan ketika ini, pengguna perlu diberikan akses yang lebih meluas terhadap maklumat, justeru pendidikan pengguna menjadi tunjang utama dalam proses ini. Maka tidak hairanlah mengapa Bank Negara Malaysia kini memberi keutamaan yang tinggi dan tumpuan khusus pada setiap aspek pendidikan kewangan pengguna.

Pada hakikatnya, Program Pendidikan Pengguna Bank Negara Malaysia telah berjalan sejak awal penubuhannya. Namun begitu, program pendidikan ini nampak lebih menyerlah apabila bermulanya Kempen Galakan Menabung pada tahun 1996 yang bertujuan untuk meningkatkan tahap kesedaran orang ramai tentang pentingnya simpanan untuk masa depan. Walau bagaimanapun, skop ini telah diperluas merangkumi aktiviti mendidik masyarakat merancang dan mengurus wang peribadi mereka dan keluarga masing-masing. Ini dilakukan

melalui pengenalan Buku Wang Saku untuk pelajar sekolah dan Buku Perancangan dan Penyata Kewangan Keluarga untuk golongan dewasa pada tahun 1999. Inisiatif ini diharap dapat mendidik orang ramai merancang dan mengurus kewangan mereka secara berhemat demi kesejahteraan masa depan mereka.

Komitmen Bank Negara Malaysia terhadap program pendidikan pengguna telah dipertingkatkan pada tahun 2001 dengan penggubalan Pelan Induk Sektor Kewangan (PISK) yang menggariskan hala tuju sistem kewangan negara untuk tempoh 10 tahun. Susulan daripada itu, infoperbankan dan infoinsurans telah diperkenalkan pada tahun 2003 untuk terus meningkatkan tahap celik kewangan di kalangan orang ramai khususnya tentang produk dan perkhidmatan perbankan dan insurans supaya mereka sedar akan tanggungjawab dan hak mereka sebagai pengguna.

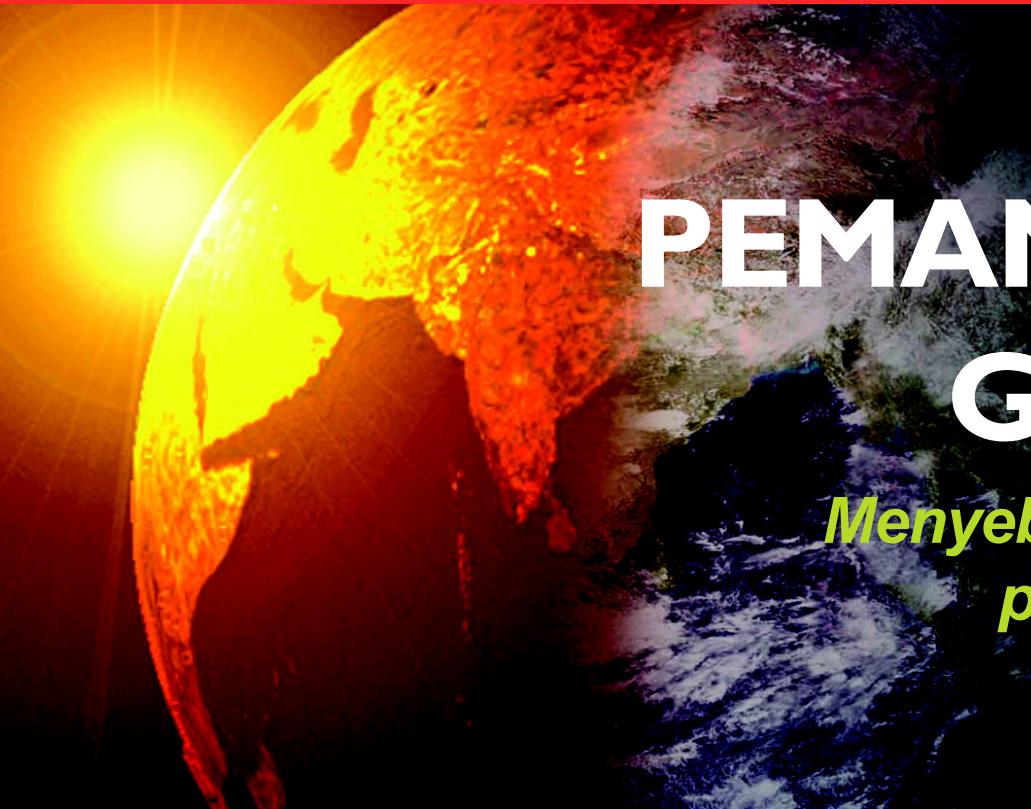
Satu lagi langkah proaktif Bank Negara Malaysia dalam usaha meningkatkan pengetahuan berkaitan dengan kewangan dalam kalangan pengguna ialah menerusi penubuhan Laman Informasi Nasihat dan Khidmat (LINK) pada tahun 2005. LINK merupakan pusat sehenti yang menyediakan maklumat kepada orang ramai mengenai perbankan Islam dan konvensional, insurans dan takaful, Perusahaan Kecil dan Sederhana (PKS), pentadbiran pertukaran wang asing, Sistem Maklumat Rujukan Kredit Pusat (CCRIS), Biro Maklumat Cek, institusi kewangan pembangunan dan hal-hal berkaitan pembiayaan yang lain. Di samping itu, LINK juga memberi khidmat nasihat serta melayani rungutan orang ramai tentang perkara-perkara yang dinyatakan di atas.

Untuk maklumat lanjut, sila hubungi:-

Laman Informasi Nasihat dan Khidmat (LINK)
Bank Negara Malaysia,
Jalan Dato' Onn,
50480 Kuala Lumpur

Talian Am : 03-26988044
Talian Faks : 03-26916106
Laman Web : <http://www.bnm.gov.my/bnmlink>

Dalam keluaran akan datang, kami akan menerangkan peranan yang dimainkan oleh Biro Pengantaraan Kewangan, sebuah agensi bebas yang ditubuhkan oleh institusi kewangan yang dikawal selia oleh Bank Negara Malaysia sebagai salah satu infrastruktur perlindungan pengguna perkhidmatan kewangan.



PEMANASAN GLOBAL

Menyebabkan berlaku perubahan iklim

Apakah itu Pemanasan Global?

- Peningkatan purata suhu atmosfera permukaan bumi secara global dan disebabkan oleh aktiviti manusia atau secara semulajadi.

Bagaimanakah pemanasan global terjadi?

- Apabila gas-gas seperti karbon monoksida, karbon dioksida, klorofluorokarbon (CFC), metana dan nitrus oksida menyerap sinaran daripada matahari dan mengeluarkan semula sinaran tersebut, suhu purata atmosfera bumi akan meningkat. Gas-gas ini juga menyerap tenaga haba yang dikeluarkan daripada sistem atmosfera bumi. Ini secara kolektif akan meningkatkan lagi suhu purata atmosfera bumi.
- Aktiviti-aktiviti manusia seperti penjanaan tenaga elektrik, peningkatan pengangkutan dan penggunaan CFC untuk tujuan pengawalan udara (air-conditioning) dan sebagai 'propellant' dalam bekas aerosol, telah menyebabkan pengeluaran gas - gas tersebut meningkat. Sumber gas-gas seperti ini yang disebabkan oleh aktiviti manusia dinamakan gas-gas '*anthropogenic*'.
- Antara gas-gas rumah hijau yang paling banyak menyerap radiasi tenaga haba daripada bumi adalah CFC. CFC pula bertindak dengan gas ozon daripada lapisan ozon dan menyebabkan penipisan lapisan ozon. Lapisan ozon bertindak melindungi kehidupan bumi daripada radiasi membahaya seperti sinaran ultra lembayung (UV). Penipisan lapisan ozon seterusnya akan menyebabkan radiasi seperti UVB sampai ke bumi dan akan menyebabkan peningkatan dalam kanser kulit dan penyakit mata.

Apakah akibat pemanasan global?

- Cuaca dan iklim bumi sangat dipengaruhi oleh perbezaan suhu dan kandungan wap air. Peningkatan purata suhu atmosfera bumi akan mengubah cuaca (*climate change*) di bumi. Pemanasan global juga akan

menyebabkan pencairan ais dan glasier di kawasan Artik dan Antartika. Ini akan menyebabkan peningkatan dalam aras laut. Kawasan-kawasan dan bandar-bandar tepi laut seperti New York dan Rotterdam sudah mula mengalami kenaikan aras laut. Negara-negara pulau (*island states*) seperti Vanuatu telah kehilangan beberapa pulau-pulau kecil akibat kenaikan aras laut.

- Ada juga jangkaan bahawa perubahan cuaca akan mempengaruhi kekerapan dan kekuatan ribut. Salah satu contoh adalah kekuatan dan kebinasaan yang disebabkan oleh rebut Katrina di Amerika Syarikat pada tahun 2005 dan banjir yang dialami di Malaysia pada hujung tahun 2006 hingga awal tahun 2007.
- Aras laut pula dijangka meningkat 15cm pada tahun 2050 dan 34cm pada tahun 2100.
- Mengikut model matematik perubahan cuaca suhu purata global akan meningkat 1 hingga 2 darjah Celcius pada tahun 2030 disebabkan peningkatan dalam pelepasan gas-gas rumah hijau.
- Adalah dijangka dengan perubahan cuaca, kawasan-kawasan di utara Khatulistiwa akan menjadi lebih panas dan tempoh musim sejuk akan berkurang. Negara-negara di selatan Khatulistiwa pula akan menjadi lebih panas dan suhu musim kemarau akan meningkat. Tempoh kemarau juga akan berpanjangan. Dengan itu adalah dijangka kawasan-kawasan seperti ini akan mengalami kekurangan bekalan air.
- Perubahan cuaca bumi akan menyebabkan perubahan dalam kandungan kelembapan tanah dan seterusnya perubahan dalam jenis tumbuhan yang sesuai untuk ditanam. Ini akan mempengaruhi industri pertanian sesebuah negara.
- Peningkatan purata suhu global, perubahan cuaca dan peningkatan aras laut akan menyebabkan perubahan dalam kehidupan pengguna. Negara-negara yang kaya dijangka berupaya menangani masalah-masalah yang akan timbul. Negara-negara miskin dijangka akan menghadapi masalah yang lebih ketara.

Apakah gas rumah hijau atau 'green house gases'?

- Gas-gas rumah hijau adalah gas-gas yang menyerap sinaran daripada matahari dan mengeluarkan semula sinaran tersebut dan jika terlalu banyak gas-gas tersebut di atmosfera, suhu purata atmosfera bumi akan meningkat. Contoh-contoh gas tersebut adalah, karbon dioksida, karbon monoksida, CFC dan nitrus oksida.

Bagaimakah gas rumah hijau ini bertindak menyebabkan pemanasan global?

- Gas-gas ini akan menyerap dan memerangkap sinaran daripada matahari ke bumi dan mengeluarkan semula sinaran tenaga tersebut. Gas-gas ini juga memerangkap sinaran tenaga haba daripada bumi. Pemerangkapan tenaga haba oleh gas-gas rumah hijau ini menyebabkan peningkatan purata suhu atmosfera bumi secara global.

Apakah sumber-sumber gas rumah hijau?

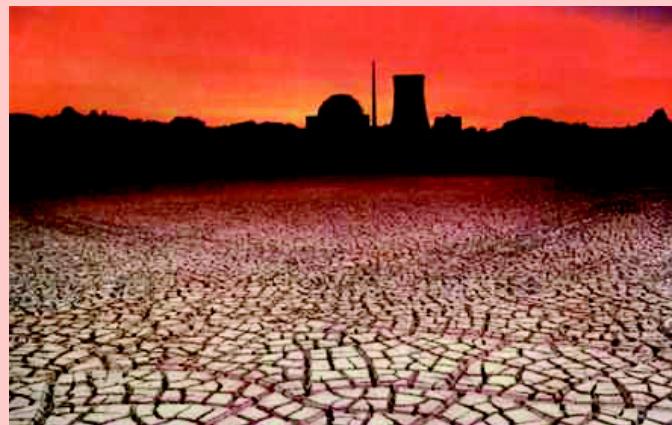
- Pembakaran sumber tenaga fosil seperti arang batu dan petroleum menyebabkan pengeluaran sebanyak 5.4 billion tan metric gas karbon dioksida (CO_2) setahun. Penebangan hutan pula menyebabkan pengeluaran sebanyak 1.6 billion tan metrik karbon dioksida setahun.



- CFC yang digunakan dalam pengawalan suhu, cat dan sebagai 'propellant' dalam tin aerosol adalah gas yang sangat memudaratkan. Di samping bertindak sebagai agen dalam pemanasan global, ia juga bertindak dengan ozon pada lapisan ozon stratosfera. Ini menyebabkan penipisan lapisan ozon dan seterusnya membenarkan kemasukan sinaran ultra ungu B (UVB) yang membahayakan sel hidup.

Bagaimakah pengguna dapat mengurangkan pengeluaran gas rumah hijau?

- Oleh kerana sebahagian besar jumlah gas-gas rumah hijau di atmosfera disumbangkan oleh aktiviti manusia, kita sebagai pengguna harus memberhentikan penggunaan bahan yang mengandungi CFC. Apabila membeli tin-tin aerosol, baca label dan pilih produk dalam tin aerosol yang tidak menggunakan CFC.
- Kebanyakan pengeluaran 'anthropogenic' gas-gas rumah hijau adalah disebabkan pembakaran bahan api fosil seperti arang batu dan petroleum. Oleh kerana itu sebagai pengguna kita harus mengurangkan permintaan terhadap bekalan elektrik dengan mengamalkan penjimatan bekalan elektrik. Ubah cara hidup kita untuk mengurangkan pergantungan kepada pengangkutan - seperti memandu ketika kurang kesesakan lalulintas, pastikan kenderaan diselenggara mengikut kekerapan tertentu. Anda juga boleh mengurangkan pergantungan kepada kenderaan persendirian dan menggunakan pengangkutan awam dan berjalan atau berbasikal untuk perjalanan jarak dekat.



Dasar sebuah sungai yang kering kontang

- Kurangkan penjanaan sampah dan pastikan sampah dibuang dengan bertanggungjawab. Pereputan sisa-sisa organik mengeluarkan gas-gas rumah hijau seperti metana.
- Kita harus membeli dan seterusnya menggalakkan penggunaan produk kayu-kayan, di mana sumber kayu untuk produk-produk sedemikian datang daripada hutan yang diurus secara lestari dan mengamalkan penanaman semula hutan.
- Secara keseluruhan kita harus menggunakan sumber-sumber bumi dengan penuh bertanggungjawab. Fikir dahulu sebelum guna / membeli.

Apakah yang boleh dilakukan oleh pihak kerajaan untuk mengurangkan pengeluaran gas rumah hijau?

- Di peringkat negeri pelbagai undang-undang boleh digubal untuk mengurangkan pembalakan dan penebangan hutan. Pengurusan hutan yang lestari juga harus diamalkan. Pembalakan dan industri berdasarkan sumber-sumber hutan harus mengikuti garis panduan yang telah dibangunkan untuk tujuan pembangunan industri berdasarkan hutan secara lestari. Contoh-contoh garispanduan tersebut adalah seperti pensijilan FSC (Forest Stewardship Council).
- Di peringkat kebangsaan dan dengan kerjasama kerajaan negeri dan tempatan pelbagai usaha-usaha pemantauan dapat dilakukan untuk mengalakkan industri-industri menggunakan peralatan seperti motor yang efisien dan mengurangkan penggunaan tenaga elektrik.
- Infrastruktur dan sistem pengangkutan awam harus diperluaskan ke kawasan perumahan supaya penggunaan kereta persendirian juga boleh dikurangkan. Sistem pengangkutan awam juga harus selamat untuk pengguna, terutamanya bagi kaum wanita.
- Kerajaan juga boleh menjadikan pelabelan kecekapan tenaga bagi peralatan elektrik seperti lampu, peti sejuk dan perkakas elektrik yang lain wajib atau mandatori. Seterusnya mengenakan tindakan untuk mengelakkan penjualan perkakas elektrik yang tidak mempunyai label atau penyalahgunaan label-label tersebut.
- Pihak kerajaan juga harus meningkatkan kajian terhadap penggunaan sumber tenaga alternatif yang boleh diperbaharui bagi pengangkutan dan penjanaan tenaga elektrik. Kita harus mengurangkan pergantungan terhadap bahan api fosil.

RUANGAN NCCC

No. 1D, Bangunan SKPPK,
Jalan SS9A/17
47300 Petaling Jaya
Selangor
Tel : 03-7877 9000
Faks : 03-7874 8097
Emel : nccc@nccc.org.my
www.nccc.org.my

ADIL • PROFESIONAL • BERKESAN

Pelaburan "FOREX"

Penipuan Pelaburan "FOREX" merupakan di antara aduan banyak yang diterima oleh NCCC. Aduan yang diterima ini sehingga melibatkan kehilangan wang yang bernilai beribu-ribu ringgit disebabkan oleh pelaburan ini. Menurut pengadu, mereka telah diperdayakan oleh syarikat tempat mereka bekerja untuk melabur di dalam pelaburan FOREX. Pada hakikatnya, wang mereka 'tidak pernah dilaburkan di dalam pasaran FOREX' itu.

Sasaran utama syarikat tersebut ialah graduan-graduan lepasan ijazah dan khususnya kaum melayu. Syarikat "memancing" mangsa melalui iklan yang disiarkan di dalam akhbar tempatan bagi jawatan kosong dengan menawarkan gaji yang lumayan. Sewaktu temuduga, tidak dinyatakan latar belakang syarikat dan kerja sebenar yang bakal dilakukan iaitu 'memancing pelabur'. Mangsa-mangsa perlu menjalani sesi latihan selama lima hari untuk menjadi agen-agen pelaburan dan pada masa tersebut tidak ada bayaran yang dibuat oleh syarikat. Sewaktu latihan, mangsa diberikan tumpuan bahawa semua transaksi yang dijalankan akan mengaut keuntungan. Sekiranya berjaya memperkenalkan pelabur baru, mereka akan dibayar komisyen yang tinggi. Oleh kerana terpengaruh dan mempercayai dakwaan syarikat tersebut, mangsa telah memujuk dan adakalanya memaksa ahli-ahli keluarga dan rakan-rakannya membuat pelaburan dengan harapan akan mendapat pulangan yang tinggi iaitu sehingga boleh mencapai belasan ribu ringgit.

Setelah tiga bulan bekerja dengan syarikat tersebut dan telah kehilangan beribu -ribu ringgit, barulah mangsa sedar bahawa mereka telah ditipu oleh syarikat. Oleh itu, mereka telah meminta pertolongan NCCC untuk mengambil tindakan yang sewajarnya.

TINDAKAN NCCC

NCCC telah mengadakan perjumpaan dengan mangsa-mangsa dan juga bekas agen-agen syarikat tersebut. Mangsa-mangsa dinasihatkan agar membuat laporan polis supaya polis boleh melakukansiasatan terhadap syarikat berkenaan. Seterusnya NCCC telah mendedahkan isu ini kepada akhbar tempatan supaya orang ramai tidak terpedaya dengan penipuan sebegini, di samping meminta pihak berkuasa bertindak memandangkan banyak syarikat yang beroperasi seumpama ini.

NCCC juga telah menulis surat rasmi kepada Kementerian Perdagangan Dalam Negeri dan Hal Ehwal

Pengguna dan Bank Negara Malaysia untuk tindakan selanjutnya.

NASIHAT NCCC

Penipuan Pelabur FOREX ini adalah seakan-akan 'skim cepat kaya' yang menjanjikan pulangan pelaburan yang tinggi dengan jumlah pelaburan yang kecil, skim ini tidak melanggar undang-undang dan tidak berisiko.

Pengambilan Deposit Tanpa Lesen

Peruntukan seksyen 25(1) Akta bank dan institusi-institusi kewangan 1989 (ABIK/BAFIA) 'tiada seorang pun boleh menerima, mengambil, atau menyetujuterima deposit kecuali di bawah dan mengikut suatu lesen sah yang diberikan di bawah seksyen 6(4) ABIK'

Urusniaga Matawang Asing Tanpa Lesen (HARAM)

Peruntukan dalam Akta kawalan pertukaran wang 1953 : Seksyen 4(1) 'kecuali dengan kebenaran pengawal, tiada seorang pun, selain daripada peniaga diberikuasa, boleh membeli atau meminjam apa-apa matawang asing dari, atau menjual atau memberikan pinjaman matawang asing kepada, mana-mana orang selain peniaga diberikuasa, dalam Malaysia'.

Perniagaan Yang Diberi Kebenaran Menjalankan FOREX:

- Semua Bank Perdagangan
- Semua Bank Islam
- BIMB Foreign currency Clearing Agency Sdn. Bhd.
- RMEX Trading Sdn. Bhd.

Bank Negara Malaysia merupakan badan utama yang mengendalikan perniagaan "FOREX" di Malaysia. Dalam hal ini, para pengguna hendaklah sentiasa peka supaya tidak terpedaya dengan tipu helah oleh syarikat - syarikat yang tidak bertanggungjawab. Sekiranya pengguna berhadapan dengan situasi sebegini, pengguna sepatutnya membuat laporan kepada pihak berkuasa dan juga tidak mudah terpedaya. Jangan mengambil tindakan melabur secara tergesa-gesa, sebaliknya siasat terlebih dahulu tentang kewujudan syarikat-syarikat dan tujuan syarikat ini beroperasi.

TRIBUNAL TUNTUTAN PENGGUNA MALAYSIA

Kes 1

Sandra telah mengikuti satu program untuk melangsingkan badan di sebuah syarikat N. Untuk tujuan tersebut, Sandra perlu mengikuti 10 sesi, dengan bayaran sebanyak RM3,600.

Namun begitu, setelah menghabiskan 10 sesi itu yang mengambil masa selama satu setengah bulan, berat badan Sandra hanya susut sebanyak 1.2 kg dan pengurangan sebanyak 2cm di bahagian pinggang.

Sandra tidak berpuas hati dengan hasil yang terlalu kecil itu, berbanding jumlah wang yang dibayar dan masa yang diambil. Apabila beliau memaklumkan ketidakpuasan hatinya, tersebut menasihatkan Sandra mengikuti beberapa sesi lagi kerana kandungan lemak yang terkumpul pada badan Sandra sangat banyak. Syarikat N juga menawarkan diskaun sekiranya Sandra bersetuju mengikuti sesi tambahan itu.

Sandra tidak berpuas hati dengan nasihat tersebut dan menolak cadangan itu kerana beliau telah hilang kepercayaan terhadap syarikat N.

Kemudian Sandra telah mengikuti program yang serupa di Syarikat R pula. Selepas melalui 10 sesi, terdapat pengurangan berat badan yang ketara dan kadar bayaran yang dikenakan hanya sebanyak RM888.00. Sandra telah memfailkan tuntutan kepada Tribunal Tuntutan Pengguna Malaysia terhadap Syarikat N.

Award: *Syarikat N telah memulangkan balik sepenuhnya wang Sandra sebelum pendengaran dijalankan.*

Kes 2

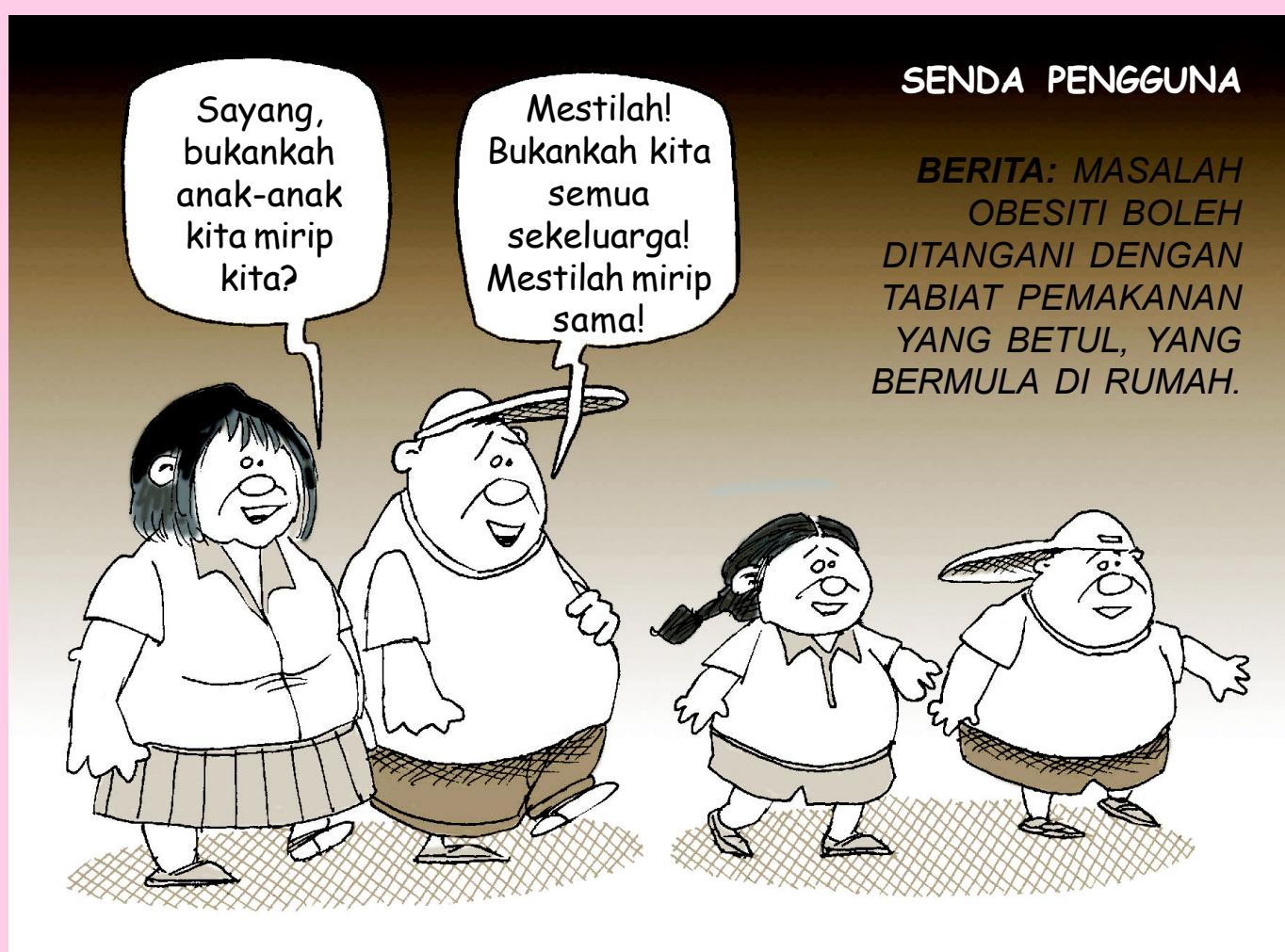
Encik Kamal telah mendapatkan khidmat pelayaran ke Barcelona-Turki daripada sebuah syarikat pelancongan terkemuka di Kuala Lumpur untuk percutian keluarga. Setelah membuat bayaran sebanyak RM6,000 (RM2,000 seorang bagi tiga orang), beliau diberikan jadual pelayaran dan maklumat terperinci mengenai pelancongan itu. Seminggu sebelum pelayaran itu, Encik Kamal dimaklumkan bahawa pelayaran itu telah dibatalkan.

Sebagai ganti, Encik Kamal telah ditawarkan dengan pakej pelayaran ke negara lain. Akhirnya, Encik Kamal telah mengikuti pelayaran ke negara-negara jiran Malaysia. Bagaimanapun, kos pakej pelayaran itu jauh lebih murah daripada jumlah yang telah dibayar oleh Encik Kamal. Encik Kamal memohon baki bayaran secara bertulis kepada syarikat tersebut, dan syarikat tersebut telah menjanjikan pemulangan itu. Namun, sehingga 6 bulan berikut, Encik Kamal masih gagal mendapatkan wang yang dijanjikan itu. Setelah bosan menunggu, Encik Kamal memfailkan tuntutan kepada Pejabat Tribunal Tuntutan Pengguna Malaysia.

Award: *Syarikat pelancongan tersebut bersetuju untuk membayar RM3,000 (jumlah baki bayaran) dan kos RM100 kepada Encik Kamal.*

SENDA PENGGUNA

BERITA: MASALAH OBESITI BOLEH DITANGANI DENGAN TABIAT PEMAKANAN YANG BETUL, YANG BERMULA DI RUMAH.



Kedai Empat Pintu

BAHAGIAN KEDUA

Oleh **TUAN SHARIF TUAN PUTERA**
Kuala Terengganu, Terengganu

Malam itu, untuk separuh malam hingga lewat jam tiga pagi, Berahim memunggah barang dari kedai empat pintu ke dalam sebuah lori besar. Ke manakah lori itu hendak dibawa bukan tugasannya. Cuma dia mengharapkan taukeh X faham susah payahnya datang pada waktu malam dalam hujan separuh lebat dan menghabiskan malam itu tanpa tidur. Tetapi Berahim tidak akan bertanya taukeh X, berapa akan diupah kerana kerja lebih masa begitu. Yang penting ialah dia perlukan sedikit wang.

Sesungguhnya Berahim tidak menyangka rezeki dan tuah datang begitu mudah pula. Berahim diberikan wang tunai malam itu juga oleh pembantu lori, bukan taukeh X. Taukeh X sebenarnya sudah lama meninggalkan kedai.

Berahim terkejut besar! Upah yang diterimanya malam itu lebih daripada apa yang dipinjamkan kepada Sudin. Alangkah berbudiinya taukeh X. Sejahteralah hidup taukeh X. Sesungguhnya hidup mati keluarganya pada kedai empat pintu itulah. Malah kalau ada sesiapa yang cuba menghuduh taukeh X sebagai penghisap darah di depannya, maka dialah yang membelya habis-habisan. Dia akan pertahankan. Berahim tidak akan khianat kepada seorang yang berjasa kepadanya.

Tetapi malam itu fikiran Berahim bergegar. Shamsiah mencetuskan sesuatu. "Ada orang cerita, taukeh abang tu penipu. Sorok barang ke seberang. Yah tak sedap dengar bang."

Itulah kali pertama dia mendengar kisah jahat taukeh X. Memang menyakitkan. Tetapi cerita itu bukan datang daripada isterinya. Isterinya minta kesahihan berita yang didengarnya.

"Barang apa?" Berahim cuba meminta penjelasan isterinya itu.

"Manalah Yah tahu bang. Tapi ada orang nampak," balas isterinya lagi.

"Siapa nampak?" Berahim menekan isterinya.

"Manalah Yah tahu." isterinya mengalah. Memang Shamsiah tidak tahu. Dia hanya mendengar cerita orang. Dan dia mahu kepastian daripada suaminya sendiri yang bekerja di kedai empat pintu itu.

"Abang kerja di situ. Kalau abang tak nampak, apalagi orang lain. Di situlah tempat abang cari makan. Di situlah." Berahim menahan sedu. Dia cuba mencari bintang di langit. Langit pekat. Bulan sudah lama tenggelam di dalam awan tebal.

Shamsiah terkedu. Tidak lagi berani melanjutkan dakwaan. Malas hendak bertengkar hal-hal yang kurang berkenaan dengan suaminya. Yang penting Berahim tidak hilang kerja. Dia tidak mahu suaminya macam pelepas hanyut di sungai; ikut arus air pasang surut seperti sepupunya Kamal.

Apapun Berahim dapat merasakan pada akhir-akhir ini ada sesuatu yang aneh berlaku di kedai empat pintu itu itu. Seboleh-bolehnya dia berusaha untuk tidak mengambil tahu apa-apa. Tetapi apabila dia kerap diminta bekerja lebih masa pada waktu malam dengan alasan yang serupa diberikan tokeh X, muncul juga keraguan itu di kepalanya. Wujud kesangsian berterusan.

Malam itu apabila dia diminta memikul beratus barangank berkotak ke dalam dua buah lori, kesangsiannya mulai bercambah. Kota kecil besar itu dibalut kemas dengan kertas gam. Ada yang berat dan ada yang ringan.

Keraguan Berahim terus menghantui lagi pada malam minggu yang lalu, Sekitar jam 11 malam, sekali lagi Berahim diminta datang ke gudang.

"Sebuah treler akan masuk ke kedai malam ini. Kamu kena datang Berahim," pesan taukeh X berkali-kali." Kerja lebih masa banyak duit," tokeh itu bergurau. Menepuk bahunya penuh mesra.

Lori panjang dan besar masuk ke kawasan kedai lima minit selepas 11 malam. Berahim menunggu di luar pintu utama ketika lori itu berhenti menunggu pintunya dibuka. Buntut lori didorong ke pintu utama gudang. Kanvas hijau tua diselak oleh pemandu selepas rantaian tali yang diurai dari bahagian belakang.

Berahim tidak pernah melihat lori sebesar itu masuk untuk memunggah segala muatannya ke dalam gudang. Selori penuh gula pasir!

"Semuanya untuk gudang ini?" Berahim bertanya sambil memancarkan lampu suluhnya ke dalam lori itu. Menghairrankan. Tetapi apabila teringat isterinya, dia rasa gembira. Sungutan jiran-jiran terhadap kuih baulu dan akok buatan isterinya akan lebih sedap kalau lebih manis. Untuk lebih manis akan ditambah lebih banyak gula. Kali ini menjadilah, fikirnya walaupun Berahim ingin khabarkan kepada pembelinya supaya tidak bermanis. Bukanlah gula itu pembunuhan nombor satu ?

"Kita dah nasihat, mereka nak manis juga. Merekalah tanggung bang," ujar Shamsiah semasa mereka membincangkan rungutan pembeli.

Hanya tiga orang termasuk dua daripada lori besar itu menurunkan gula bertan-tan itu. Gula itu dibawa dengan kereta sorong ke bahagian belakang setor, di belakang rak minyak masak.

"Kenapa letaknya ke dalam?" Berahim cuba membantah.

"Tokeh yang arah saya tadi," kata pemandu yang dikenali dengan nama Siva itu. Baju T biru muda yang membalut tubuhnya hampir basah oleh peluh. Berahim tidak faham mengapa barangan harian itu diletakkan jauh ke dalam gudang sedangkan bahagian depan masih

banyak ruang kosong. Dia kembali merasa kecil apabila pandangannya tidak dipatuhi. Rasa kecil hati juga.

Esoknya Berahim dipanggil menemui taukeh X. Sekali lagi dia diberi upah lumayan walhal malam itu dia tidak bekerja langsung. "Ini upah kamu Berahim. Upah kerana datang melihat pemunggahan gula yang aku tempah."

"Banyaknya tokeh!" Berahim bagi terpukau.

"Banyak pun susah, sikit pun susah," tokeh bergurau lagi dan Berahim terhibur kembali. Dan hari itu tokeh X menghadiahkan sekotak limau kelas A kepadanya.

"Hadiah Tahun Baru. Beri makan isteri dan anak-anak kamu," kata taukeh X, ketika seorang pekerja datang memikul kotak limau dari Cina itu. "Orang macam kamu Berahim aku bagi limau kelas A."

"Terima kasih taukeh!" Berahim tidak dapat mengenepikan rasa bangga yang melonjak-lonjak dalam dirinya.

Tetapi kegembiraarn itu tidak dapat bertahan lama. Suatu petang, ketika Berahim menonton siri kartun bersama anak keduanya Yazid yang berusia 9 tahun itu, isterinya yang selesai menutup gerai baulu dan akok mendekatinya.

"Gula tak ada ada bang. Semua kedai dah kehabisan gula., Kenapa ya bang?"

Berahim terpinga-pinga. Sangat tidak munasabah kata hatinya berulang kali.

"Yah nak berapa dozen? Biar abang cari," katanya gerarn. Teringat akan kemunculan sebuah lori panjang ke kawasan kedai. Mustahil selori itu sudah habis diagih atau dijual.

Berahim bergegas keluar. Mula-mula singgah di kedai Seman, Seman memberikan isyarat tangan. Singgah di kedai runcit Chong, Chong juga geleng kepala. Berahim akhirnya mencari rumah taukeh X. Rumah itu kelihatan sunyi. Dia membunyikan loceng. Menunggu beberapa detik sebelum kemunculan perempuan Indon berusia 30-an.

"apak cari siapa? soal pembantu rumah itu.

"Taukeh X ada rumah?"

"Taukeh tak ada, " balas penjaga rumah berbau T putih bertangan panjang itu." Dia bersama ibu merantau pak. Katanya seminggu baru pulang."

Berahim menggetap bibir. Putus angin. Menuju motosikal 100 c.c. buatan Jepun itu dengan resah. Dia menunjal pedal motosikal, meninggikan bunyi yang kuat. Geram dan marah.

"Dapat? " Shamsiah sudah menunggu di pintu, cuba melihat bakul motosikal.

"Esok saya bawa balik," Berahim cuba menenangkan dirinya, mengipas dadanya dengan cebisan akhbar lama yang terselit pada pagar kerusi kayu di sebelahnya. Berahim tidak berhasrat menceritakan apa yang berlaku di gudang atau apa yang dialaminya dalam seminggu dua ini.

Buat kali pertama, Berahim tidak bebas di dalam kedai empat pintu itu tempat dia bekerja. Ada sekatan tali di merata tempat. Tali larangan yang memisahkan pekerja dengan barang. Ada pekerja baru, berwatak baru di dalam ruang simpanan barang yang agak luas itu.

Malam itu, mata Berahim jadi keras. Langsung tidak dapat lelap. Berahim malu kepada isterinya. Selama ini

dia tidak pernah mungkir membawa pulang gula, gandum dan telur untuk kerja jualan mereka. Walaupun Shamsiah amat faham dengan situasi yang ada, Berahim tetap rasa tertekan. Dia tahu situasi tidak sepatutnya berlaku seperti itu. Ada hambatan jahat di dalam perniagaan, bisiknya. Ada pakatan yang disengajakan.

Berahim dapat merasakan dia adalah sebahagian daripada penjahat ekonomi itu. Dia mangsanya dan dia pak kaduknya. Shamsiah menerimanya seperti orang lain juga. Tetapi seperti isterinya, orang lain juga rasa tidak percaya mengapa hal itu boleh berlaku.

Sebab itu matanya menjadi pejam celik. Keras tidak menentu. Untuk pertama kali dalam tempoh sepuluh tahun ini dia tidak minum kopi O pada malam hari. Dia tidak minum kopi panas buatan isterinya.

"Saya buat Milo O bang." ujar Shamsiah.

"Tak ada kopi ke?"

"Kopi ada, gulanya kering."

Suara Shamsiah yang kecil itu bagai berada di hujung kaki. Dan kaki itu mengais minta berjalan untuk mencari tempat gula disembunyi. Serentak itu pula tiba-tiba suara kecil dari dalam kepalanya, menuruni dadanya.

"Berahim, kamu akan menjadi wira daerah kiranya kamu menolong kami. Inilah masanya kamu menentang pembelot. Tugas kamu penting, bangkit menentang kejahatan!

Berahim sekali lagi mengeluh. Sangat berat menentang perasaan sendiri, suara hatinya kembali memerangkap dirinya. Kini di depan matanya muncul isterinya Shamsiah yang tinggi lampai itu mengasap sabut, berdiri duduk antara jam 3 hingga 6 petang menahan asap sabut bakaran baulu dan akak. Kemudian Berahim terpandang di dalam matanya dua anak perempuannya yang masih bersekolah menengah Salmiah dan Shahrizah. Kemudian datang pula wajah-wajah dua puteranya yang nakal Yazid dan Yusri.

"Abah, kami rela," suara anak-anak menghentak kedua telinganya. Berahim terbangkit daripada berbaring.

"Bagaimana kalau saya berhenti kerja di kedai itu Yah?"

"Apa abang cakap?"

Berahim tidak perasan isterinya sudah lama melihat gelagatnya di atas tilam kecil di depan TV itu. Berahim berpaling.

"Kenapa abang nak berhenti?" Shamsiah merasa pelik.

"Bila abang sebut?" Berahim cuba berdalih.

Berahim memegang bahu Shamsiah. Ditentangnya wajah isterinya. Dia minta Shamsiah mendengar ceritanya. Mendengar dengan tenang. Kemudian buatlah keputusan.

"Abang akan mengikut pandangan Yah," katanya.

Berahim memulakan cerita dengan sebuah iklan di TV.

Malam tadi, dia terpana dengan sebuah iklan pendek tertera di kaca TV ketika program berita perdana. Kata iklan itu, "Jika anda dapat, ada peniaga yang menyorok barang, laporkan segera ke kementerian atau pejabat yang berhampiran dengan tempat tinggal anda."

Shamsiah mendengar cerita suaminya satu persatu.

"Sebagai rakyat kita ada tanggungjawab bang. Allah akan menolong orang yang benar dan jujur bang."

"Terima kasih Yah. Inilah beban yang abang tanggung selama beberapa minggu ini. Abang rahiaskan daripada Yah. Terima kasih atas pandangan Yah."

Makanan Segera dan Kesihatan

Makanan yang berkhasiat untuk keluarga! Demikian bunyi iklan sebuah restoran makanan segera yang mempromosikan restorannya. Benarkah dakwaan tersebut? Sedangkan menurut pakar pemakanan, makanan yang dijual di restoran tersebut mempunyai kandungan kalori, garam,

Makanan ini dikenali sebagai makanan segera. Makanan ini mempunyai kandungan garam, lemak, kalori yang tinggi. Di samping itu, ia juga tidak mengandungi serat, yang membantu dalam penghadaman makanan. Amalan mengambil makanan segera secara yang kerap boleh mengundang kepada pelbagai masalah kesihatan.

Darah tinggi

Satu kajian yang dilakukan oleh Pusat Pendidikan Pacific Health di Bakerfield California, dan Prevention Concepts, Inc di Los Angeles, yang melibatkan 200 pelajar sekolah, mendapati lapan daripada sepuluh pelajar itu mengambil lebihan lemak tepu melalui makanan ringan. Ujian makmal pula menunjukkan satu pertiga daripada mereka mengandungi kadar kolesterol dalam darah yang tinggi dan 10 peratus pula menghidap penyakit darah tinggi. Berdasarkan kajian ini, kandungan lemak tepu yang berlebihan boleh menyempitkan pembuluh darah dan menjadi punca kepada penyakit darah tinggi, khususnya apabila umur seseorang itu meningkat.

Asma

Ahli-ahli sains daripada Scotland dan Arab Saudi mendapati makanan ringan merupakan penyebab utama peningkatan penyakit alahan dan asma dalam kalangan kanak-kanak. Kajian yang dilakukan terhadap 100 orang kanak yang mempunyai simptom penyakit asma dan 200 kanak-kanak yang tidak menghidap asma. Hasil kajian itu merumuskan kanak-kanak yang kurang mengambil sayur-sayuran, vitamin E, zat-zat logam dan susu lebih mudah diserang oleh penyakit ini.

Sakit jantung

Dalam satu mesyuarat Kolej Kardiologi Amerika di Anaheim, California, sebagaimana yang dipetik oleh media internet, CNN.com - health pada 14 Mac 2000, makanan segera meningkatkan risiko remaja menghidap sakit jantung. Ia berpunca daripada lebihan lemak tepu dan kolesterol yang terdapat di dalam makanan segera.

Kesan kepada otak

Satu kajian yang dilakukan di Baycrest Centre for Geriatric Care di Universiti Toronto, Kanada merumuskan bahawa makanan segera boleh merosakkan fungsi otak. Ini berdasarkan kepada kandungan makanan segera yang yang mengandungi lebihan lemak itu berkemampuan merosakkan daya konsentrasi dan ingatan otak. Otak memerlukan glukosa untuk berfungsi dengan baik, namun

begitu lebihan lemak itu telah mengganggu peranan glukosa itu. Profesor Carol Greenwood, pakar sains dari Kunin-Lunenfeld Applied Research Unit di Universiti Toronto mengatakan, hasil daripada kajiannya menunjukkan makanan segera mengandungi kadar lemak dan protein yang tinggi serta kandungan karbohidrat yang rendah, merupakan makanan yang tidak sesuai bagi otak manusia.

Buta

Orang yang banyak mengambil makanan segera yang tinggi kandungan lemaknya menghadapi risiko tinggi menjadi buta apabila berumur dalam lingkungan 55 tahun. Penyakit yang dikenali sebagai macular degeneration ini sering dihidapi oleh penghisap rokok. Namun kini ia juga menyerang peminat makanan segera. Penemuan ini berdasarkan kepada kajian yang dilakukan oleh pakar sains dari Massachusetts Ear and Ear Infirmary di Amerika, ke atas 349 orang pesakit yang berumur di antara 55 hingga 80 tahun.

Kegemukan

Kandungan lemak yang tinggi dalam makanan segera menyebabkan masalah kegemukan. Menurut pakar dari Pusat Pakar Wanita Srivari, kanak-kanak menghadapi risiko kegemukan disebabkan seringnya mengambil makanan segera. Statistik pada masa ini menunjukkan 25 hingga 30 peratus kanak-kanak di Malaysia menghadapi masalah kegemukan. Berikut daripada masalah kegemukan itu, ia juga menyebabkan risiko kemanduan, khususnya lelaki. Ini berdasarkan kepada jumlah kiraan sel sperma lelaki yang gemuk pada masa ini telah merosot sejak 50 tahun yang lalu.

Sumber: Perubatan Islam dan Bukti Sains Modern, Dr. Danial Zainal Abidin, PTS Millenia Sdn. Bhd

... dari muka 11

"Rezeki ada di mana-mana bang. Yang penting rezeki itu halal," Shamsiah merenung mata suaminya. "Kita masuk bilik bang."

"Abang nak solat sunat, Abang nak minta ampun daripada Allah, Abang pengkhianat kan?" Berahim bangkit, cuba mencari ketenangan. "Besok abang nak cari kerja pula."

"Abang, kita ada peluang. Kita ada ruang. Kita ke pajabat pengguna bang. Kita kena beritahu apa yang sebenar bang."

Sekali lagi Berahim mencari wajah isterinya. Dia akur. Masih ada ruang untuk menebus dosa. Mudah-mudahan mereka dipanjangkan umur!

Dan petang esoknya, pekan Belacan gempar dengan berita TV pembongkaran penemuan sebuah kedai empat pintu yang menyimpan dan menyorok beribu tan gula. Kedai itu rupanya tidak berlesen!