

Pasukan bertindak sokong kesihatan mental warga SG

► IRMA KAMARUDIN
irmak@sph.com.sg

SEBUAH pasukan bertindak antara agensi mengenai kesihatan dan kesejahteraan mental telah ditubuhkan pada bulan lalu untuk menyediakan sokongan kesihatan mental kepada rakyat Singapura semasa pandemik Covid-19 ini dan selanjutnya.

Pasukan bertindak itu dibentuk hasil usaha memperluaskan Pasukan Bertindak Kesejahteraan Mental Co-

vid-19 (CoMWT), yang ditubuh pada Oktober tahun lalu, untuk menjalankan kajian ke atas kesan psikososial pandemik terhadap penduduk negara, kata Kementerian Kesihatan (MOH) dalam kenyataannya semalam.

Pasukan bertindak baru itu dipengerusikan Menteri Negara Kanan (Kesihatan merangkap Perhubungan dan Penerangan), Dr Janil Puthucheary, dan akan menyelia usaha kesihatan dan kesejahteraan mental yang dijalankan.

■ Bersambung di Muka 4

Kesan besar pandemik ke atas kesihatan mental terutama belia, warga emas

Pasukan bertindak baru akan beri tumpuan pada isu yang memerlukan kerjasama pelbagai dan antara agensi: Janil

■ Dari Muka 1

Ini selepas beberapa statistik dan kajian setempat menunjukkan pandemik Covid-19 mempunyai kesan besar terhadap kesejahteraan mental bagi lapisan penduduk Singapura yang berbeza, termasuk belia dan warga emas.

Dr Janil berkata pasukan bertindak baru itu akan memberi tumpuan pada isu yang memerlukan kerjasama pelbagai dan antara agensi.

"Kami sudah pun memulakan kerja. Baru-baru ini, kami bertemu untuk membincangkan tentang beberapa bidang tumpuan dalam beberapa bulan mendatang, terutamanya bagaimana membina daya ketahanan mental penduduk kita.

"Kami berharap dapat mendekati rakyat Singapura dalam usaha nasional penting ini untuk mempertingkatkan kesihatan kita dari segi mental dan kesejahteraan kita," kata beliau.

Semalam, CoMWT mengeluarkan laporan terakhirnya yang membentangkan dapatan dan saranan bagi mempertingkatkan strategi kesihatan mental nasional.

Antara tiga isu utama yang dikemukakan adalah keperluan bagi mempunyai strategi pemerintah yang menyeluruh, mempertingkatkan akses untuk mendapatkan maklumat tentang bantuan kesihatan mental sedia ada dengan mudah, dan meningkatkan keupayaan karyawan kesihatan mental menerusi latihan.

Dalam usaha menangani jurang tersebut, CoMWT menyarankan agar sebuah Strategi Kesihatan dan Kesejahteraan Mental Nasional dibangunkan untuk menyediakan matlamat dan strategi menyeluruh untuk mempertingkatkan kesihatan dan kesejahteraan mental penduduk.

Dr Janil berkata pemerintah akan menjalankan satu latihan konsultasi awam mengenai strategi itu pada tahun depan.

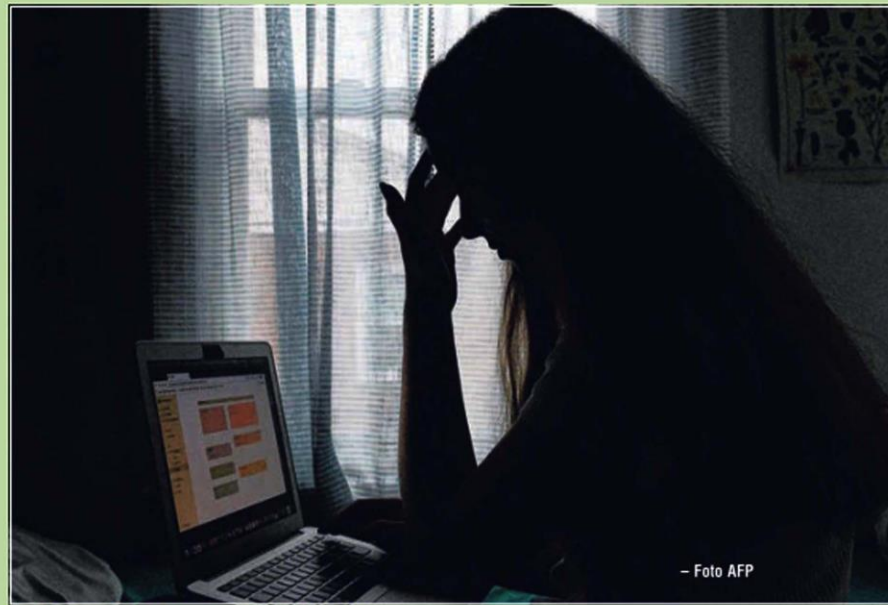
Demi menyediakan maklumat mengenai pelbagai bantuan sedia ada pula, Lembaga Penggalakan Kesihatan (HPB) kini sedang membangunkan sebuah laman sehati bagi sumber kesihatan mental nasional di HealthHub.

Versi perintis laman itu dirancang di lancarkan pada tahun ini.

Ini akan memberi keyakinan kepada mereka yang sedang mencari maklumat untuk diri sendiri atau orang tersayang bahawa maklumat dan kandungan yang dibaca itu boleh dipercayai dan telah dipilih oleh pakar, kata Dr Janil.

CoMWT juga mengemukakan saranan bagi sebuah rangka kerja latihan kecekapan kesihatan mental nasional dibangunkan untuk menetapkan standard latihan dan tahap kecekapan yang dijangkakan daripada karyawan yang menyokong individu den-

SEKILAS



- Foto AFP

TIGA ISU YANG DIUTARAKAN:

- Keperluan bagi strategi seluruh pemerintah yang menyeluruh
- Keperluan peringkat akses untuk dapatkan maklumat tentang bantuan kesihatan mental sedia ada dengan mudah
- Keperluan bagi sumber latihan kesihatan mental diajarkan dengan lebih baik dan lebih ramai karyawan kesihatan mental dilatih

TIGA SARANAN YANG DIBENTANGKAN:

- Bangunkan strategi menyeluruh mengenai kesihatan dan kesejahteraan mental
- Sediakan portal dalam talian sehati bagi sumber kesihatan mental nasional
- Bangunkan rangka kerja latihan kecekapan kesihatan mental nasional

"Agensi yang menyediakan latihan kesihatan mental ini kepada masyarakat telah pun mula melancarkan latihan yang diperlukan sesuai dengan khalayak sasaran."

- Menteri Negara Kanan (Kesihatan merangkap Perhubungan dan Penerangan), Dr Janil Puthucheary.

genai kesihatan dan kesejahteraan mental.

"Agensi yang menyediakan latihan kesihatan mental ini kepada masyarakat telah pun mula melancarkan latihan yang diperlukan sesuai dengan khalayak sasaran," kata Dr Janil.

Pasukan bertindak antara agensi men-

genai kesihatan dan kesejahteraan mental baru itu akan memantau pelaksanaan tiga saranan CoMWT itu.

Menurut satu kajian mendalam mengenai kesejahteraan mental penduduk semasa pandemik ini oleh Institut Kesihatan Mental (IMH), sekitar 13 peratus penduduk

yang ditinjau melaporkan mengalami tanda-tanda kemurungan atau kegelisahan antara Mei tahun lalu dengan Jun tahun ini.

Tinjauan oleh Majlis Belia Kebangsaan (NYC) pula menunjukkan kesejahteraan mental merupakan satu cabaran bagi 52 peratus belia yang ditinjau semasa separuh kedua tahun lalu.

Antara punca tekanan yang paling banyak disebutkan belia ialah kegelisahan mengenai masa depan, tekanan mengenai kewangan serta kebingungan mengenai prestasi akademik atau pekerjaan.

Sementara itu, kajian Panel Hayat Singapura oleh Pusat Kajian mengenai Penuaan Berjaya Universiti Pengurusan Singapura (SMU) mendapati responden warga emas melaporkan lebih rasa terasing ketika langkah pemutus litar bermula pada April tahun lalu, dengan peningkatan lebih besar bagi mereka yang tinggal bersendirian.

Pemanggil Talian Bantuan Kesihatan Mental kendalian IMH naik 50%

INSTITUT Kesihatan Mental (IMH) menyaksikan 50 peratus lebih ramai pemanggil yang menghubungi Talian Bantuan Kesihatan Mental mereka pada tahun lalu berbanding tempoh yang sama pada 2019, dengan jumlah panggilan memuncak pada April 2020 apabila tempoh pemutus litar jangkitan bermula.

Meskipun jumlah panggilan merosot secara bertahap-tahap kepada paras 2019 menjelang hujung tahun lalu, ia meningkat sekali lagi antara Januari dengan Mei tahun ini, kata Kementerian Kesihatan (MOH) dalam satu kenyataan semalam.

Antara keprihatinan awal yang dikongsi pemanggil termasuk rasa gelisah kerana terpaksa menyesuaikan diri dengan bekerja di rumah atau belajar di rumah dan rasa terasing dari segi sosial, namun keprihatinan sedemikian berkurangan mulai Jun tahun lalu.

Bagaimanapun, isu seperti ketegangan dengan ahli keluarga dan kebingungan mengenai jaminan pekerjaan terus menjadi satu keprihatinan.

Ini adalah antara dapatan yang dikongsi dalam sidang media mengenai laporan terakhir Pasukan Bertindak Kesejahteraan Mental Covid-19 (CoMWT) semalam, yang telah mengenal pasti isu utama yang memerlukan pendekatan seluruh pemerintah dan membentangkan saranan dalam menangani kesan psikososial Covid-19 terhadap penduduk.

Sementara itu, Talian National Care (NCH) pula telah menangani lebih 45,000 panggilan sehingga hujung Mei lalu.

Talian itu telah dilancarkan pada April tahun lalu untuk memberikan sokongan kepada mereka yang menghadapi masalah kesihatan mental, seperti kegelisahan dan isu menyesuaikan diri berkaitan Covid-19.

"Tiga keprihatinan utama yang disebutkan pemanggil yang menghubungi NCH adalah berkaitan keperluan sokongan emosi, isu berkaitan kesihatan mental dan hal berkaitan keluarga atau sosial," kata MOH.

Demi menangani isu kesihatan mental dalam kalangan penduduk semasa pandemik ini, MOH berkata lebih 40 inisiatif telah diperkenalkan atau dipertingkatkan hasil usaha pasukan kesihatan mental, masyarakat dan juga agensi serta pertubuhan dalam pelbagai sektor.

Ini termasuk inisiatif pemerintah yang menggalak kesejahteraan mental dan mencegah perkembangan masalah kesihatan mental bagi penduduk dan khususnya ibu bapa dan keluarga, kanak-kanak dan belia, tempat kerja dan pekerja, dan warga emas.

Terdapat juga inisiatif yang disediakan dalam masyarakat supaya mereka yang berisiko atau yang memiliki keperluan kesihatan mental dapat dikesan awal, dirawat dan diberikan sokongan.

Pelbagai inisiatif Covid-19 turut diadakan bagi menangani tekanan yang menjejaskan kesejahteraan mental.

Ini seperti Pakej Pekerjaan dan Kemahiran SGUnited untuk membantu penduduk dalam usaha pencarian pekerjaan dan peluang latihan, dan Geran Pemulihan Covid-19 yang menyediakan bantuan kewangan sementara kepada mereka yang kehilangan pekerjaan, gaji atau dikenakan cuti tidak dibayar.