

# Kesihatan Holistik

**Kesihatan** bersekutu adalah istilah bagi pelbagai profesion dalam talian penjagaan kesihatan. Ia boleh merujuk kepada paramedik, psikologi klinikal, kejururawatan, terapi urut, proses mengeluarkan darah dan psikologi klinikal.

Bidang ini adalah intrinsik kepada kesejahteraan keseluruhan seseorang. Ia berada pada setiap langkah apabila datang kepada kesihatan dan pemulihan anda.

Phlebotomists mengeluarkan darah untuk membolehkan doktor melakukan diagnosis, jururawat menyediakan penjagaan untuk pesakit dan terapi fizikal membantunya selepas pembedahan untuk mendapatkan pergerakan anggota badan.

Setiap profesion menyumbang kepada sebahagian daripada keseluruhan pen-

jagaan kesihatan. Ia hanya sesuai bagi mengetahui dan memahami peranan dalam penjagaan kesihatan bersekutu sebelum membuat keputusan yang menjadi sebahagian daripada itu.

## Pemakanan

Terdapat ribuan carian Google 'diet sihat' atau 'pemakanan seimbang' yang memberikan nasihat dan maklumat. Namun berapa ramai daripada kita tahu dan menggunakan kepakaran pemakanan.

Ketua Jabatan Universiti Putra Malaysia (UPM) Pemakanan dan Dietetik, Profesor Madya Dr Norhaizan Mohd Esa berkata, pakar pemakanan membantu mencegah kesakitan dan penyakit dengan menyediakan kaunseling kepada individu serta kumpulan mengenai amalan

pemakanan.

Katanya, pakar pemakanan tidak melakukan satu kerja, sebaliknya turut terlibat dalam aktiviti kemasyarakatan.

Sebagai contoh, kata beliau, mereka menganjurkan program promosi kesihatan dan pendidikan pemakanan, membangunkan manual latihan pemakanan dan garis panduan serta menjalankan penyelidikan pemakanan dan campur tangan.

"Bekalan graduan dalam bidang ini masih tidak mencukupi. Perkembangan kesedaran awam mengenai isu pemakanan sihat dan diet yang berkaitan penyakit tidak berjangkit telah menggalakkan pertumbuhan dalam bidang pemakanan.

"Untuk bersaing dengan



nan yang semakin meningkat, kerajaan telah mengambil langkah mengekalkan kualiti pemakanan melalui

cadangan Akta Kesihatan Profesional Bersekutu (AHP), di mana hanya graduan daripada program universiti yang

menyediakan latihan mencukupi akan diiktiraf bagi pendaftaran sebagai pakar pemakanan," katanya.