



Penggunaan Minyak Pati Secara Selamat

| oleh Nur Afni Amir

Penggunaan minyak pati secara selamat sepatutnya tidak mendatangkan masalah kepada pengguna. Yang dimaksudkan dengan penggunaan secara selamat ialah ia harus digunakan mengikut arahan penggunaan yang betul. Contohnya, minyak pati yang digunakan untuk dihidu tidak semestinya selamat untuk dimakan.

Kebanyakan pengguna beranggapan bahawa minyak pati tidak berbahaya kerana ia merupakan ekstrak daripada tumbuhan semulajadi. Namun harus diingat, SEMULAJADI TIDAK SEMESTINYA SELAMAT.

Setiap individu mempunyai reaksi yang berbeza terhadap minyak pati, begitu juga kesan terhadap ubat dan produk sintetik yang lain. Sebagai contoh, ada individu yang mungkin mendapat reaksi alahan, berbanding individu lain yang tidak mempunyai masalah dengan penggunaan dos atau bahan yang sama.

Selain daripada itu, risiko untuk berlaku keracunan tetap ada dan ia bergantung kepada dos atau kepekatan, jenis, dan cara penggunaan minyak pati tersebut. Kanak-kanak dan wanita mengandung mempunyai risiko yang lebih tinggi untuk mendapat kesan toksik berbanding individu biasa.

Secara umum, minyak pati mempunyai sifat larut lemak. Ia sangat mudah diserap ke dalam badan melalui membran mukus dan kulit.

Berikut merupakan perkara penting yang harus diberi perhatian tentang jenis minyak pati yang berisiko tinggi menyebabkan keracunan.■

Minyak <i>Eucalyptus</i>	<ul style="list-style-type: none">✦ Banyak digunakan dalam sediaan topikal termasuk minyak sapu pada bayi.✦ Sangat toksik jika tertelan.✦ Sebanyak 5ml sahaja berupaya mengakibatkan keracunan yang teruk sehingga mengakibatkan sawan, mengantuk (<i>drowsy</i>), lemah otot dan koma
Minyak <i>Wintergreen</i>	<ul style="list-style-type: none">✦ Komponen utama dalam minyak pati ini adalah Metil salisilat.✦ Metil salisilat banyak digunakan dalam produk ubat tahan sakit yang dijual di kaunter dalam formulasi krim, gel dan minyak urut untuk tahan sakit.✦ Sangat toksik jika tertelan.✦ Tidak sesuai digunakan untuk kanak-kanak kerana ia boleh diserap melalui kulit (Salisilat dikesan dalam darah setelah penggunaan secara berterusan pada kulit).✦ Satu sudu kecil minyak <i>wintergreen</i> boleh menyebabkan kematian pada kanak-kanak.✦ Tidak sesuai untuk ibu mengandung dan menyusui kerana ia boleh diserap ke dalam plasenta dan susu ibu.
Camphor	<ul style="list-style-type: none">✦ Banyak digunakan dalam produk kegunaan luar seperti minyak urut dan juga produk berbentuk sedutan untuk rawatan sistem pernafasan.✦ Bahaya sekiranya tertelan.✦ Boleh mengakibatkan sawan dalam jangkamasa yang sangat cepat jika tertelan.✦ Toksisiti juga boleh berlaku melalui serapan kulit dan sekiranya terhidu dalam jumlah yang berlebihan.✦ Tidak disarankan penggunaan pada kanak-kanak berusia bawah 2 tahun dan ibu mengandung.

#semulajaditidaksemestinyaselamat
#keracunanminyakpati



Metil Salisilat dalam Produk

| oleh Mohd Fadhli Razali

Jika anda membaca kandungan pada label produk seperti minyak panas atau minyak urut yang digunakan untuk merawat lenguh-lenguh dan sakit badan, anda pasti pernah terjumpa bahan aktif yang dipanggil etil salisilat.

Metil salisilat merupakan bahan analgesik yang digunakan untuk mengurangkan sakit dan inflamasi pada otot dan sendi. Secara farmakokinetik, bahan ini akan meresap ke dalam kulit untuk sampai ke bahagian sakit di dalam badan. Kepekatan metil salisilat di dalam setiap produk adalah berbeza mengikut jenis sediaannya.

Ramai yang tidak menyedari bahawa bahan ini tidak sesuai digunakan pada kanak-kanak terutamanya bayi kerana ia berisiko mengakibatkan keracunan. Hampir setiap minggu Pusat Panggilan Keracunan Pusat Racun Negara menerima kes keracunan metil salisilat yang membabitkan kanak-kanak sama ada secara sengaja atau tidak sengaja.

Antara gejala keracunan metil salisilat termasuklah loya, muntah, berdengung di dalam telinga, sawan dan koma—bergantung kepada jumlah pendedahan.

Lebih membimbangkan, terdapat pihak yang mengambil kesempatan melaikan jualan produk yang mengandungi metil salisilat untuk tujuan rawatan ruam lampin pada bayi walaupun indikasi maklumat produk tidak menyatakan sedemikian. Saranan seperti ini adalah sangat berbahaya dan tidak beretika kerana apabila terkena kulit bahan ini akan meresap ke dalam kulit dan masuk ke dalam badan. Bayangkan risiko keracunan yang mungkin berlaku jika ia disapu 2 hingga 3 kali setiap hari untuk rawatan ruam bayi!

Jadi jika indikasi produk hanya untuk kegunaan dewasa sahaja, elakkan menggunakannya pada kanak-kanak atau bayi kerana mungkin ada bahan-bahan aktif dalam produk ini boleh menyebabkan risiko keracunan pada golongan ini. ■



KETAGIHAN NIKOTIN

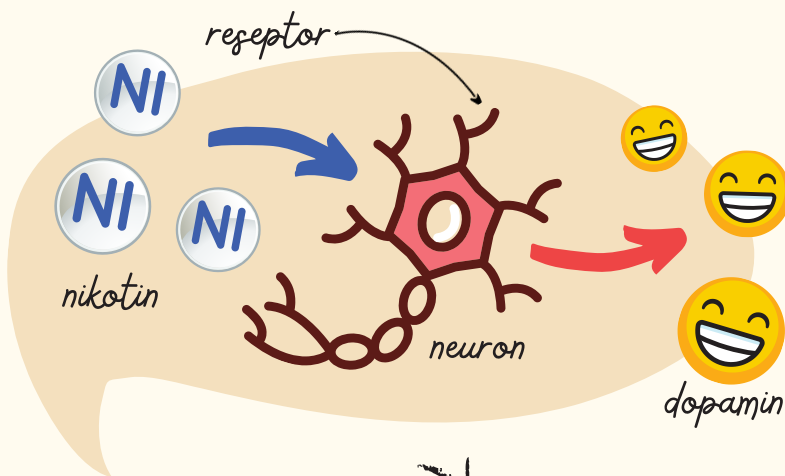
| oleh Rosman Ahmad

Seorang yang baru mencuba untuk merokok buat pertama kali kebiasaannya akan merasa loya, pening, sakit kepala malah ada yang sakit perut. Namun bak kata pepatah, *alah bisa tegal biasa*, lama-kelamaan apabila telah menjadi tabiat, sistem tubuh akan menjadi terbiasa terhadap kesan tidak selesa ini. Apabila merokok telah menjadi kebiasaan, ini bermakna seseorang perokok telah mempunyai kebergantungan terhadap nikotin—bahan kimia dalam tembakau. Perokok akan sentiasa menghisap rokok bagi mendapatkan bekalan nikotin untuk berasa “normal”. Malahan, ada dalam kalangan perokok merasa tidak berupaya untuk melaksanakan tugas harian sehingga mereka dapat menghisap rokok. Tanpa sedar, tabiat merokok akan dikaitkan dengan pelbagai aktiviti harian, seperti merokok setiap kali selepas makan dan sebagainya. Rokok seolah-olah mengawal segala pergerakan perokok. Tanpa rokok jiwa menjadi tidak tenang. Rokok dianggap pencetus ketenteraman, mengurangkan tekanan, tumpuan dan sebagainya. Hakikatnya, ini menunjukkan bahawa seseorang itu telah mengalami ketagihan kepada rokok ataupun lebih tepat lagi kebergantungan kepada NIKOTIN.

Apabila seorang perokok tegar tidak menghisap rokok dalam tempoh masa yang tertentu, ini bermakna tiada nikotin yang memasuki tubuh, maka perokok akan mula mengalami pelbagai kesan sampingan dari segi fizikal mahupun psikologi seperti mengalami keinginan yang kuat untuk mendapatkan nikotin, keresahan, kemurungan, sakit kepala, mengalami masalah tumpuan, mengantuk, mengalami masalah tidur, mengalami ketegangan perasaan atau setengahnya sampai ke tahap kecewa. Gejala-gejala yang disebutkan tadi dikenali sebagai kesan penarikan nikotin atau dikenali sebagai sindrom sarak nikotin—“*nicotine withdrawal syndrome*”.

Bagaimana Nikotin BOLEH MENYEBABKAN Ketagihan?

Setiap kali rokok dinyalakan, nikotin serta pelbagai bahan kimia lain yang disedut daripada asap rokok akan diserap oleh tubuh. Nikotin boleh menjejaskan banyak bahagian tubuh manusia; ia akan mengganggu sistem pencernaan, menyebabkan degupan jantung menjadi kencang, mempercepatkan denyutan nadi, meningkatkan tekanan darah dan juga menjadikan saluran darah menjadi sempit yang mengganggu pengaliran darah dalam tubuh.



01

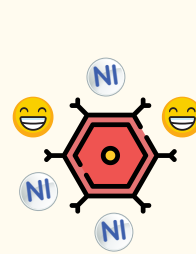
Nikotin dan Dopamin

Nikotin akan memasuki saluran darah dan sampai ke otak dalam masa kurang daripada 10 saat selepas asap rokok pertama disedut.

Nikotin akan terikat pada sel-sel otak yang dikenali sebagai neuron.

Nikotin akan mengaktifkan bahagian tertentu pada otak dan dengan merembeskan hormon dopamin yang membuatkan perokok berasa seronok.

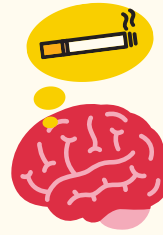
Apabila seseorang perokok cuba untuk berhenti merokok, pada awalnya ia akan menjadi kurang fokus, mudah marah dan menjadi agresif—sindrom sarak nikotin. Jika ia berjaya melawan gejala ini dan terus tidak mengambil nikotin, reseptor neuron yang mengikat nikotin akan semakin berkurang dan gejala sarak nikotin juga menurun. Otak tidak lagi bergantung kepada nikotin untuk berasa tenang dan gembira. Ketagihan nikotin adalah satu gejala yang serius. Dapatkan bantuan profesional untuk berhenti merokok di jomquit.moh.gov.my.



02

Otak akan bergantung kepada Nikotin

Perasaan tenang, lega, seronok dan bebas tidak bertahan lama. Bagi mengekalkan perasaan ini, seorang perokok akan berterusan merokok bagi mengekalkan paras nikotin dalam darahnya sentiasa mencukupi untuk mempengaruhi otak bagi membebaskan dopamin.



03

Reseptor Nikotin semakin banyak

Semakin banyak rokok yang dihisap, semakin banyak reseptor pada neuron yang memerlukan Nikotin.

Lama-kelamaan, otak akan bergantung kepada Nikotin untuk berasa tenang.

Bilangan rokok yang dihisap akan sentiasa ditambah bagi memenuhi ketagihan ini.



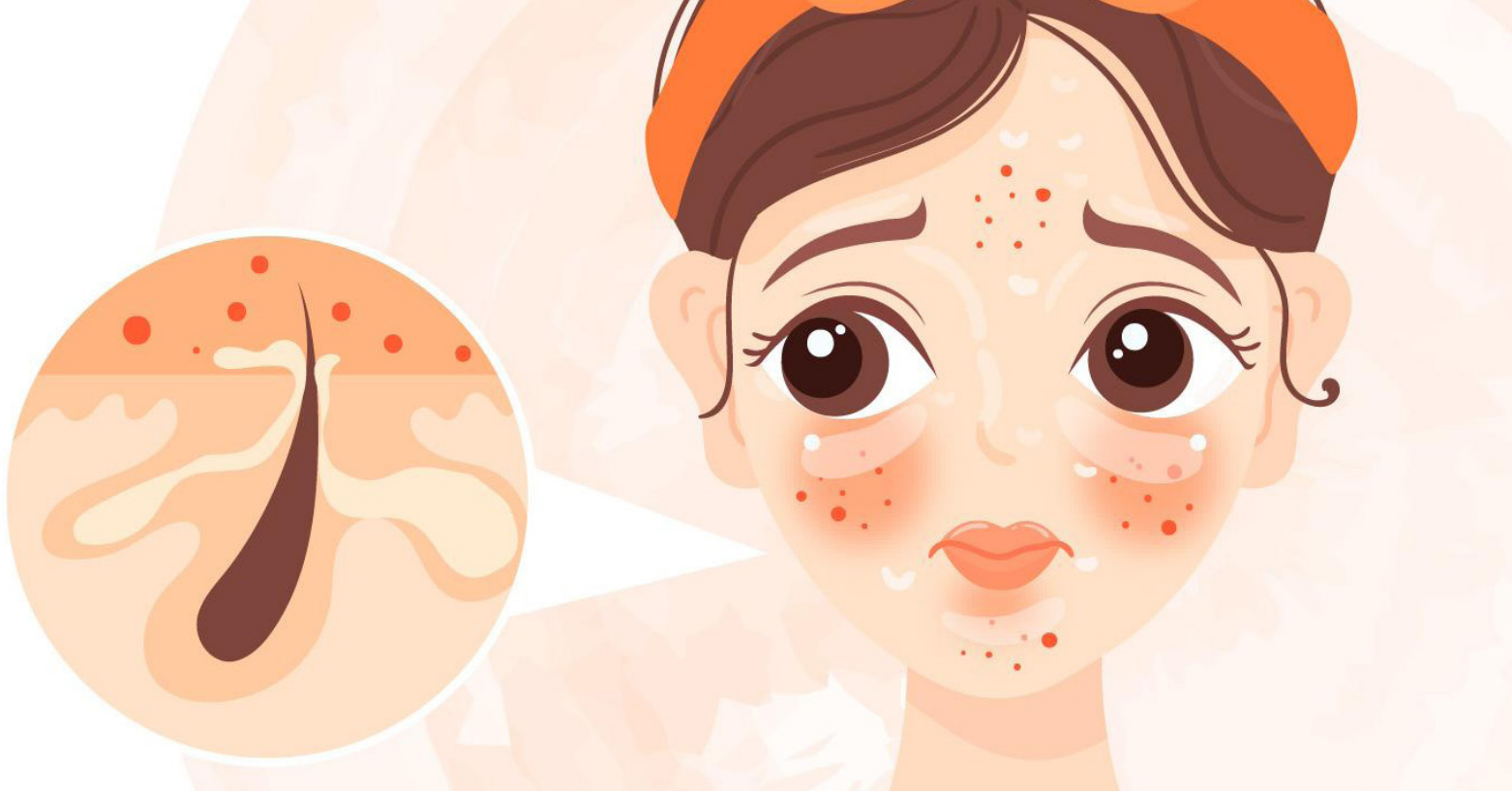
04

Sukar untuk berhenti merokok

Nikotin menyebabkan kebergantungan dalam hidup seorang perokok.

Seseorang penagih nikotin akan mula mendapat kesan toleran—kesan nikotin akan berkurangan setelah terdedah berulang kali pada nikotin dan akhirnya memerlukan dos yang lebih tinggi dengan menambahkan bilangan rokok yang dihisap dalam sehari bagi mengekalkan kenikmatan yang dialami.





TRETINOIN

| oleh Norjuliana Mohd Noor

Masalah jerawat merupakan masalah kulit yang lazim berlaku terutamanya dalam kalangan remaja. Ianya terjadi apabila minyak dan sel kulit menyumbat folikel rambut. Kadangkala bakteria juga boleh menjangkiti folikel dan mengakibatkan benjolan besar serta radang yang dipanggil *cystic acne*. Jerawat boleh berlaku di mana-mana sahaja bahagian tubuh kita. Bagi mengatasi masalah jerawat ini, kebiasaannya pengguna akan menggunakan produk kosmetik sebagai solusinya.

Dalam pasaran, pelbagai produk telah dihasilkan untuk mengatasi masalah jerawat. Dalam usaha untuk mendapatkan produk yang berkesan, pengeluar produk kosmetik untuk jerawat telah mencampurkan pelbagai bahan untuk memenuhi kehendak pengguna. Dalam keghairahan untuk menghasilkan produk yang berkesan, ada segelintir pengeluar produk yang tidak bertanggungjawab telah mencampurkan bahan terlarang serta berbahaya tanpa mengira kesan jangka panjang kepada pengguna. Salah satu bahan terlarang yang sering dicampur ke dalam produk untuk mengatasi masalah jerawat adalah Tretinoin.

Tretinoin sebenarnya adalah satu bahan yang berasal daripada vitamin A yang dipanggil retin-A. Retin-A merupakan bahan paling berkesan yang digunakan dalam merawat jerawat dan penuaan kulit. Ia juga digunakan untuk merawat psoriasis dan beberapa jenis kanser. Tretinoin merupakan racun berjadual yang dikawal dibawah Akta Racun 1952. Ini bermakna produk yang mengandungi Tretinoin dikelaskan sebagai produk farmaseutikal yang perlu berdaftar dengan Pihak Berkuasa Kawalan Dadah dan hanya boleh digunakan dengan nasihat profesional kesihatan sahaja.

Pengeluar produk kosmetik untuk jerawat tidak boleh sewenang-wenangnya mencampurkan Tretinoin dalam produk kosmetik mereka. Penjualan dan pengedaran produk-produk kosmetik yang mengandungi Tretinoin adalah menyalahi Peraturan-peraturan Kawalan Dadah dan Kosmetik 1984. Mana-mana individu yang melakukan kesalahan di bawah Peraturan-peraturan ini boleh dikenakan hukuman denda tidak melebihi RM25,000 atau penjara tidak melebihi 3 tahun atau kedua-duanya untuk kesalahan pertama dan denda tidak melebihi RM50,000 atau penjara tidak melebihi 5 tahun atau kedua-duanya untuk kesalahan-kesalahan berikutnya. Syarikat yang melakukan kesalahan boleh dikenakan denda sehingga RM50,000 untuk kesalahan pertama dan denda sehingga RM100,000 untuk kesalahan berikutnya.

Penggunaan tretinoin tanpa pengawasan profesional kesihatan boleh menyebabkan bahagian kulit yang disapu menjadi KEMERAHAN, TIDAK SELESA, PEDIH, MENGELUPAS dan HIPERSENSITIF kepada cahaya matahari.

Sehubungan itu, pengguna perlulah berhati-hati dalam memilih lambakan produk kosmetik di dalam pasaran. Elakkan daripada membeli produk kosmetik secara atas talian atau dari sumber yang tidak diyakini kerana dikhuatiri mengandungi bahan-bahan kawalan seperti Tretinoin. Pengguna juga boleh melaporkan kepada pihak NPRA sekiranya produk kosmetik bertonifikasi yang digunakan menyebabkan kesan yang tidak diinginkan dan sekiranya ia disyaki mengandungi bahan terlarang seperti Tretinoin. ■

Apa yang anda perlu tahu

tentang Kosmetik?

| oleh Mahiya Nabila Rosaria Abdul Hamid

1 Kosmetik atau bukan kosmetik?

KOSMETIK

- Produk yang membersihkan (cth: sabun, pencuci muka).
- Produk yang mewangi (cth: pewangi).
- Produk yang mencantikkan (cth: gincu, pengilat kuku).
- Produk yang menghilangkan bau badan (cth: deodoran).
- Produk yang mengekalkan atau memelihara luaran badan dalam keadaan baik (cth: krim pelindung matahari).

BUKAN KOSMETIK

- Suntikan.
- Produk makanan atau minuman untuk tujuan kecantikan.
- Produk yang disapu untuk tujuan perubatan.
- Produk yang dititis dalam mata, hidung atau telinga.
- Produk untuk ransangan seksual.



2 Akta berkaitan Kosmetik

Produk kosmetik dikawal di bawah **Akta Jualan Dadah 1952** dan **Peraturan-Peraturan Kawalan Dadah dan Kosmetik 1984**.

- kawalan keselamatan
- kawalan kualiti
- tuntutan produk untuk memastikan semua
- tuntutan kosmetik boleh disokong dengan data yang mencukupi.

NPRA



Semua produk kosmetik yang dipasarkan di Malaysia perlu **BERNOTIFIKASI** dengan **Bahagian Regulatori Farmasi Negara (NPRA)**, **KKM** sebelum produk tersebut boleh diimport, dikilang, diedarkan atau dijual di Malaysia.



Ini demi memastikan produk tersebut bebas daripada bahan larangan atau bahan campurpalsu.

3 Apakah Ciri-ciri Produk Kosmetik yang Selamat?

- Mempunyai **nombor notifikasi** yang tulen walaupun tidak dipaparkan pada pek bungkusan. Nombor ini boleh dirujuk pada laman sesawang rasmi NPRA.
- Mempunyai **formulasi yang sesuai** dengan fungsi kosmetik. Contohnya dalam bentuk krim bukan suntikan atau pil untuk dimakan.
- Mempunyai **bahan yang dibenarkan** sahaja.
- Hanya boleh digunakan untuk **kegunaan luar sahaja**.
- Hanya digunakan untuk tujuan kosmetik. **Bukan untuk tujuan merawat** atau mencegah penyakit.
- Kesan penggunaan produk adalah tidak kekal dan perlu digunakan secara berterusan. **Berhati-hati sekiranya produk memberikan kesan pantas atau serta merta.**

www.npra.gov.my

Contoh Nombor Notifikasi:
NOT141203021K



4 Fakta Penting!

Produk kosmetik **tidak boleh mempunyai tuntutan kesihatan** seperti merawat jangkitan, memperbaiki fungsi seksual dan menghilangkan sakit.

Suntikan vitamin C tidak pernah didaftarkan untuk tujuan kosmetik di Malaysia.

Kehadiran bahan-bahan seperti hidrokuinon dan merkuri dalam produk boleh disyaki **jika pengguna mengalami perubahan secara ketara dalam tempoh singkat**.

Pusat Racun Negara (PRN) bukanlah badan yang meluluskan/menguatkuasa undang-undang berkaitan produk kosmetik tetapi diiktiraf sebagai panel Bahagian Regulatori Farmasi Negara (NPRA) yang **menawarkan perkhidmatan analisa untuk mengesan kuantiti dan bahan campurpalsu dalam produk kosmetik**.



Akta ini digubal bagi tujuan melindungi kesihatan awam!

FAKTA NOMBOR



KONVENSYEN MINAMATA BERKENAAN RAKSA



MENGHADKAN
1 mg/kg (1 ppm)

RAKSA untuk produk pencerahan kulit, **namun** kebanyakan produk yang dicampurpalsu dengan raksa dalam pasaran mengandungi kepekatan raksa dalam julat

**93 ppm-
16000 ppm**



Pusat Racun Negara (PRN) **bukanlah badan yang meluluskan atau menguatkuasakan undang-undang berkaitan produk kosmetik.** Namun makmal toksikologi PRN telah **diiktiraf** sebagai **makmal panel** Bahagian Regulatori Farmasi Negara (**NPRA**) yang menawarkan perkhidmatan analisa untuk mengesan kuantiti dan bahan campurpalsu dalam produk kosmetik.

Perkhidmatan berbayar ini ditawarkan kepada semua pihak termasuk pengasas atau pengusaha produk dan juga orang awam.



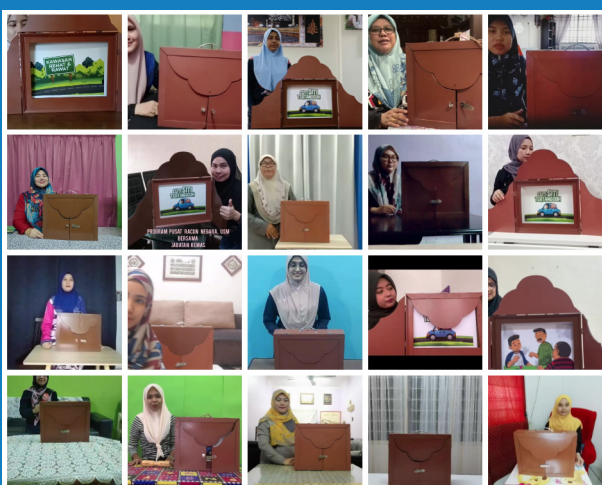


Aktiviti-aktiviti Program KAMiBest Oktober – Disember 2021

Program KAMiBest masih berjalan sepanjang suku keempat 2021 dengan dua aktiviti utama iaitu **sesi bercerita oleh cikgu-cikgu KEMAS** kepada murid-murid dan **penghasilan tugas oleh murid-murid KEMAS**.

Dalam sesi bercerita, cikgu-cikgu menyampaikan cerita-cerita berkaitan bahaya merokok dengan Teknik Kamishibai kepada murid-murid sama ada secara langsung dalam talian atau direkod dan dihantar kepada murid-murid. Sebanyak 168 video telah dihasilkan dan dimuatnaik ke dalam Facebook KAMiBest.

Setiap murid-murid KEMAS pula telah diberikan pilihan tugas untuk disiapkan iaitu **mewarna poster, berpantun, mencipta slogan** atau **'hashtag'** dan **membuat lakonan bertemakan bahaya tabiat merokok dan vape**. Tugas ini sedikit sebanyak bertujuan untuk mendapatkan penglibatan murid-murid dan ibu bapa dalam program KAMiBest.



Kursus Penghasilan Produk Kosmetik yang Terjamin Kualiti dan Selamat 2021



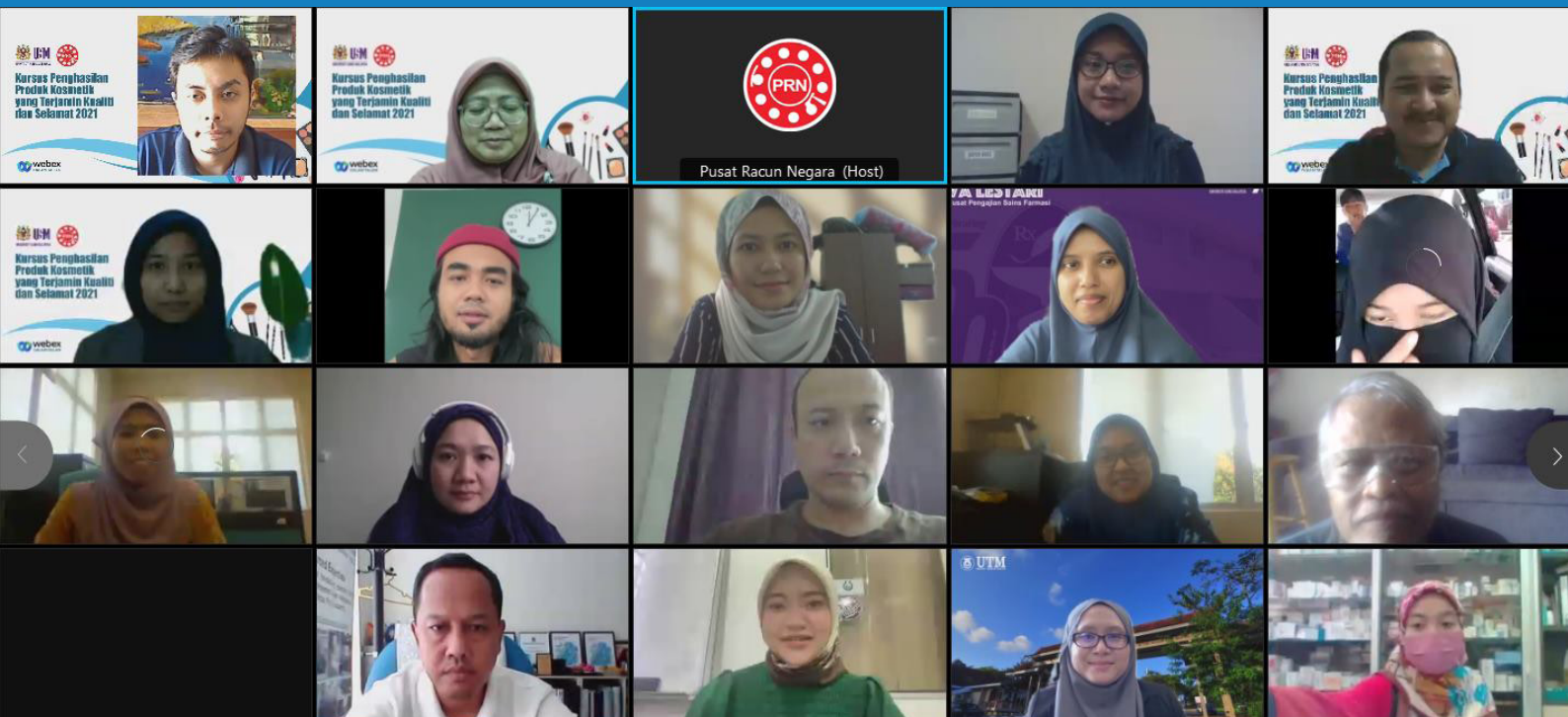
Pusat Racun Negara telah menganjurkan Kursus Penghasilan Produk Kosmetik Yang Terjamin Kualiti dan Selamat yang telah diadakan pada 26-28 Oktober 2021.

Kursus secara dalam talian ini telah disertai oleh 60 orang peserta dari seluruh Malaysia.

Tujuan utama kursus ini dianjurkan adalah untuk membantu pemilik dan pengilang produk kosmetik serta individu yang baru berminat untuk menceburi bidang ini memperoleh ilmu asas utama dalam memastikan produk kosmetik yang dihasilkan berkualiti, selamat seterusnya bertonifikasi.

PRN telah berjaya mengumpulkan penceramah yang pakar dalam bidang masing masing iaitu:

1. Encik Azaharudin Awang Ahmad, Ketua Makmal Toksikologi, PRN
2. Puan Sazaroni Md Rashid, Pegawai Farmasi Unit Maklumat Ubat dan Racun, PRN
3. Puan Nur Diyana Che Ismail, Pegawai Farmasi Seksyen Kosmetik, NPRA
4. Coach Lily Sabrina, Perunding Keusahawanan dan Perniagaan Bertauliah
5. Dr Suhana@Husin Misnan, Pengasas Ensu Lifesciences

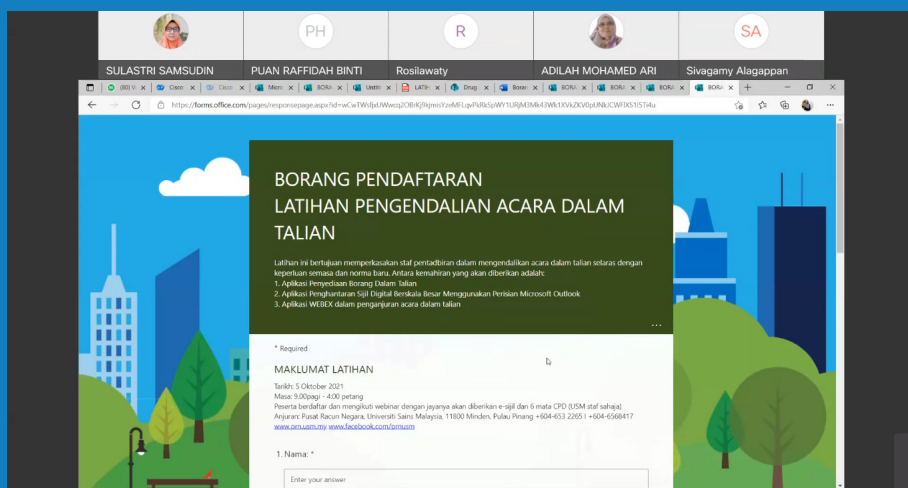
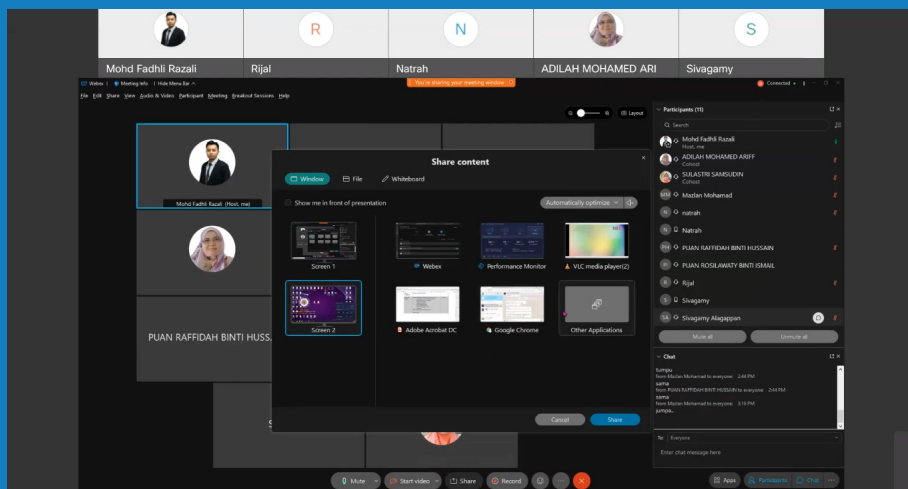
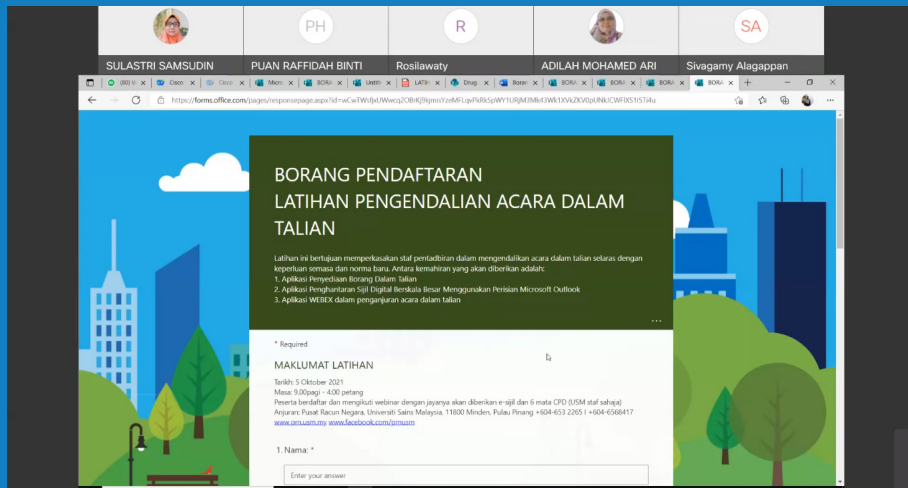


Latihan Pengendalian Acara dalam Talian

Pusat Racun Negara juga telah menganjurkan latihan dalaman kepada staf-staf PRN iaitu Latihan Pengendalian Acara dalam Talian pada 6 Oktober 2021.

Latihan ini diadakan untuk melatih staf-staf PRN mengendalikan acara dalam talian, iaitu melibatkan latihan:

1. Aplikasi Penyediaan Borang dalam Talian
2. Aplikasi Penghantaran Sijil Digital Berskala Besar
3. Aplikasi WEBEX dalam Penganjuran Acara dalam Talian



Sidang Redaksi



Ketua Penyunting

Profesor Madya Balamurugan Tangiisuran



Penyunting Kanan

Rosman Ahmad

Penyelaras Kandungan



Nur Afni Amir

Penyunting



Sulastri Samsudin



Nur Afni Amir



Web Master

Natrah Mustapha



Mohd Fadhli Razali

Pengarang

Nur Afni Amir
Mohd Fadhli Razali
Norjuliana Mohd Noor
Rosman Ahmad

Ilustrasi



Zharif Zakaria

Grafik dan Layout

Rosman Ahmad



Pusat Racun Negara, Universiti Sains Malaysia, 11800 Pulau Pinang

04 657 0099  <https://www.facebook.com/prnsm/>

 prnnet.usm.my  <https://www.prn.usm.my>