

SUARAA



PERSATUAN
PENOLONG
PEGAWAI
FARMASI
MALAYSIA

PENOLONG PEGAWAI FARMASI MALAYSIA

PP 9499/07/2013(033003)

NO PENDAFTARAN : 1717

2017



Persidangan PPF Siri II 2016



Seminar PPF JDT



PPF Musim Sejuk di China



Futsal PPF Dwi Tahunan



ReUnion PPF 'Sweet 17'

SIDANG PENGARANG

KETUA PENGARANG : Tuan Haji Abdul Manan Bin Kechik
SETIAUSAHA : En. Asrul Effendi Bin Jamaludin
EDITOR : Tuan Hj. Sulaiman Harun
SIDANG PENGARANG : Puan Hajah Siti Hanisah Binti Md Said
Puan Nordiana Binti Tajudin
En. Suhaimi Esa
Puan Nik Azrini Binti Muhamed

SENARAI AHLI MAJLIS DAN JURUAUDIT KEHORMAT PERSATUAN PENOLONG PEGAWAI FARMASI MALAYSIA SESSI 2015-2017

PENASIHAT : **YBhg. Profesor Tan Sri Dzulkifli Abdul Razak**
(Universiti Antarabangsa Al-Bukary, Alor Setar, Kedah)

YANG DIPERTUA : **Puan Samidah Rahmat**
(Hospital Sultanah Aminah, Johor Baharu, Johor.)

NAIB YANG DIPERTUA : **Tuan Hj Abdul Manan bin Kechik**
(Kolej KIST, Bachok, Kelantan)

SETIAUSAHA KEHORMAT : **Tuan Hi Mohd Razan Pardi**
(Klinik Kesihatan Yong Peng, Batu Pahat . Johor)

PEN. SETIAUSAHA KEHORMAT : **En. Asrul Effendi Jamaludin**
(Pusat Perubatan UKM, Cheras, Kuala Lumpur)

BENDAHARI KEHORMAT : **Tuan Hj. Sulaiman Harun**
(Pesara PPF)

AHLI-AHLI : **-En. Suhaimi Esa**
(Hospital USM, Kubang Kerian, kelantan)

-En.Mohd Hasan Zaini Shafei
(Hospital Tunku Fauziah, Kangar, Perlis)

- Puan Siti Hanisah Md.Said
(KPJ Johor Specialist)

- Puan Nordiana Tajudin
(Hospital Taiping , Perak)

- Rosnah Muhammad
(Hospital Melaka, Melaka)

JURUAUDIT KEHORMAT : **- Ahmad Shukri Puteh**
(Institut Perubatan & Pergigian Termaju USM ,
P.Pinang)

- Puan Muniza Murad
(Hospital Tunku Fauziah, Kangar, Perlis)

IBU PEJABAT PERSATUAN

IBUPEJABAT PERSATUAN

Setiausaha Kehormat,
Persatuan Penolong Pegawai Farmasi Malaysia,
D/A : No 6 Jalan Berlian 3, Taman Berlian,
83700 Yong Peng, Johor.

DITERBITKAN OLEH:

Persatuan Penolong Pegawai Farmasi Malaysia
No. Pendaftaran : 1717

DICETAK OLEH :

CETAK BERJAYA
13 Jalan 6, Kepong Baru, 52100 Kuala Lumpur.

KANDUNGAN

PENDAHULUAN

M/ SURAT

1. Dari Meja Ketua Sidang Pengarang	1
2. Kata Aluan YDP Persatuan PPFM	2
3. Ahli Majlis Persatuan PPFM (2015-2017)	3
4. Wakil Negeri Persatuan PPFM (2015-2017)	4

LAPORAN AKTIVITI

5. Persidangan Penolong Pegawai Farmasi Malaysia Kali Ke-9 Seri Ke II 2016	5-11
6. Seminar Penolong Pegawai Farmasi Johor 2017	12-14
7. Kejohanan Futsal Piala YDP 2017	15-17
8. Umrah Bersama Persatuan PPF Malaysia	18-19
9. Percutian Musim Sejuk Persatuan PPF Malaysia	20-22

ARTIKEL & RENCANA

9. Eye 2 Eye – Glaucoma	23-28
10. Seloka Gurindam Jiwa PPF	29-30
11. Majlis ReUnion Dinner Batch Sweet 17”	31-34
12. Borang Keahlian Persatuan PPFM	35

DIKEHENDAKI

KEPADA :

SEMUA PENOLONG PEGAWAI FARMASI MALAYSIA

Pihak PERSATUAN PENOLONG PEGAWAI FARMASI MALAYSIA, Menjemput anda untuk menyumbangkan sebarang bentuk karya seperti :

- **artikel / rencana**
- **Berita bergambar / kursus**
- **Selingan / sajak**
- **Lawatan sambil bekerja diluar negara**

Setiap sumbangan yang **diterbitkan /disiarkan** didalam majalah, akan menerima **IMBUHAN SAGUHATI**.

Alamatkan karya anda kepada:

**KETUA SIDANG PENGARANG
SUARA PENOLONG PEGAWAI FARMASI
Kolej Islam Sains dan Teknologi (KIST),
Kampus Utama Ibnu Sina,
Lot 1798-1800 Mukim Telong
16300 Bachok,
Kelantan.**

**Email : manan938@gmail.com &
asrul@ppukm.ukm.edu.my**

DARI MEJA KETUA SIDANG PENGARANG

Assalamualaikum kepada semua rakan-rakan Penolong Pegawai Farmasi dimana saja anda berada, samada yang masih berkhidmat atau yang telah meninggalkan profesion yang kita sayangi ini. Kepada yang masih bertugas berilah perkhidmatan yang terbaik demi Allah dan Negara kita tercinta.

Masih belum terlewat lagi untuk kami mengucapkan SELAMAT HARI RAYA EIDULFITRI Maaf Zahir dan Batin kepada semua ahli yang beragama Islam semoga ibadat puasa kita pada tahun ini sempurna dan mendapat keredhaan dan ganjaran Allah Yang Maha Kuasa.

Syukur kehadiran Illahi kerana memberi kekuatan kepada kami Sidang Pengarang untuk terus menerbitkan SUARA PENOLONG PEGAWAI FARMASI walaupun sibuk dengan tugas harian masing-masing. Namun begitu kami mengharapkan sumbangan artikel dari anda semua untuk penerbitan yang akan datang. InsyaAllah dengan komitmen yang diberikan oleh semua Sidang Pengarang dan sumbangan artikel dari anda SUARA PENOLONG FARMASI akan terus diterbitkan mengikut jadual yang ditetapkan.

Adalah menjadi harapan kami agar persatuan kita ini akan bertambah lebih mantap lagi dan dapat bergerak secara aktif dengan penglibatan semua ahli bagi meneruskan agenda persatuan memartabatkan profesion kita ini.

Pada bulan September 2017 ini Mesyuarat Agong Dwitahunan Persatuan Penolong Pegawai Farmasi Malaysia akan diadakan dimana pemilihan Ahli Majlis untuk sesi 2017-2019 akan dibuat. Kepada anda semua buatlah pemilihan yang terbaik agar persatuan kita ini akan terus berjaya,efisien dan berintegriti dimasa hadapan.

Sekian, Wassalam.

Haji Ab.Manan Kechik
Ketua Sidang Pengarang.
7 Julai 2017.

KATA-KATA ALUAN



**SAMDIAH BINTI RAMLAT
Yang Dipertua
PERSATUAN PENOLONG PEGAWAI FARMASI MALAYSIA
SESSI 2015-2017**



Assalamualaikum Wr Wb , Salam Sejahtera, Salam Muafakat 1 Malaysia

Dengan nama Tuhan yang maha pengasih lagi maha penyayang, saya mengucapkan rasa sangat bersyukur kerana dengan izin Nya, Majalah “SUARA” terbentang di depan mata. “SUARA” adalah dedikasi anda yang komited menjayakan pengisiannya dengan aktiviti berterusan sepanjang tahun.

Persatuan Penolong Pegawai Farmasi Malaysia terus mara dengan tabah walau banyak halangan, kritikan dengan menjadikannya cabaran untuk terus maju selangkah seiring dengan persatuan-persatuan paramedik yang lain.

Meningkatkan dan memperluaskan ilmu pengetahuan sejajar dengan kehendak perkhidmatan masa kini, Persatuan Penolong Pegawai Farmasi Malaysia sentiasa mendahulukan dengan aktiviti akademik iaitu Persidangan / Kursus untuk ahli Persatuan Penolong Pegawai Farmasi Malaysia selain meneruskan aktiviti sukan untuk kesihatan, Lawatan sambil belajar dan hubungan silaturrahim.

Selangkah kehadiran, Persatuan Penolong Pegawai Farmasi Malaysia adalah ahli Gabungan Persatuan Profesion Sains kesihatan Bersekutu Malaysia. Kini sudah 2 tahun, kami bergerak bersama-sama Konfederasi 25 Persatuan Sains Kesihatan Bersekutu Malaysia (MYCAHP). Usul cadangan yang dihantar oleh Persatuan Penolong Pegawai Farmasi Malaysia telah diterima dan dipaparkan semasa perjumpaan Persatuan-Persatuan dengan KSU pada tahun ini. Semoga Persatuan Penolong Pegawai Farmasi Malaysia terus berusaha maju dan dikenali di seluruh Malaysia.

Saya benar-benar berharap semua Penolong Pegawai Farmasi akan sentiasa bersedia menerima transformasi dan cabaran kemajuan teknologi perubatan dalam mempertingkatkan lagi imej Perkhidmatan Farmasi di Malaysia dan memperkukuhkan jati diri sebagai ahli Persatuan Penolong Pegawai Farmasi Malaysia.

“SEPAKAT MENCAPAI HASRAT”



**AHLI MAJLIS DAN JURU ODIT KEHORMAT
PERSATUAN PENOLONG PEGAWAI FARMASI MALAYSIA
SESSI 2015 – 2017**

Penasihat : **Ybhg. Professor Tan Sri Dzulkifli Abdul Razak**
Universiti Antarabangsa Al Bukhary, Alor Setar ,Kedah

Yang Dipertua : **Puan Samidah Rahmat**
Hospital Sultanah Aminah, Johor Bahru, Johor.

Naib Yang Dipertua : **Haji Abdul Manan b Kechik**
Kolej Islam Sains & Teknologi, Bachok, Kelantan

Setiausaha Kehormat : **Haji Mohamad Razan b Pardi**
Klinik Kesihatan Yong Peng,83700 Batu Pahat,Johor.

Penolong Setiausaha Kehormat : **En. Asrul Effendi b Jamaludin**
Pusat Perubatan UKM, Cheras, Kuala Lumpur.

Bendahari Kehormat : **Haji Sulaiman b Harun**
Pesara U36 PPF

Ahli-Ahli : **En. Mhd Hassan Zaini b Shafie**
Hospital Tuanku Fauziah,Perlis

Pn.Siti Hanisah bt Md.Said
Hospital Pakar KPJ Johor Bahru, Johor.

Pn Nordiana bt Tajudin
Hospital Taiping, Perak

En.Suhaimi b Esa
Hospital USM, Kubang Kerian, Kelantan

Pn Hjh Rosnah bt Muhammad
Hospital Melaka,Melaka.

Juru Odit Kehormat : **En. Ahmad Shukri b Puteh**
Institut Perubatan dan Pergigian Temaju USM, Bertam,
Pulau Pinang.

Pn Muniza b Murad
Hospital Tuanku Fauziah,Kangar,Perlis



**WAKIL- WAKIL NEGERI
PERSATUAN PENOLONG PEGAWAI FARMASI MALAYSIA
SESSI 2015 – 2017**

Perlis	:	Pn Muniza bt Murad (1769) (Hospital TuankuFauziah,Kangar)
Kedah	:	En.Mahadzir b Saad (1381) (Hospital Sultanah Bahiyah,Alor Setar,Kedah)
Pulau Pinang	:	En.Anuar b Mohamad Limun (2061) (Hospital Seberang Jaya,Pulau Pinang)
Perak	:	Tn Hj Zainal b Zolkefri (1620) (Klinik Kesihatan Simee,Ipoh)
Selangor	:	Puan Rosnah bt Ahmad (0550) (Hospital Sungai Buluh)
Kuala Lumpur	:	Pn.Zaila bt Mohamad Zahibi (1360) (Hospital Kuala Lumpur)
Putrajaya	:	Pn.Hanisah bt Md.Duraibi (2065) (Hospital Putrajaya)
Melaka	:	Cik Noor Shafizah bt Jaamat (2292) (Bhg. PerkhidmatanFarmasi, JKN Melaka)
Negeri Sembilan	:	En.Rusmizi b Razali (1574) (Klinik Kesihatan Simpang Durian,Negeri Sembilan)
Johor	:	Puan Samidah bt Rahmat (1176) (Hospital Sultanah Aminah,Johor Bahru,Johor)
Pahang	:	Pn.Hjh.NorAkhna bt Musa (1125) (Hospital Muadzam Shah)
Trengganu	:	Pn Maisom bt Hamat (0225) (Hosp.Sultanah NurZahirah K.Trengganu,Trengganu)
Kelantan	:	En.Ridzuan b Seman (0124) (Klinik Kesihatan Kota Bharu,Kelantan)
Sarawak	:	En.Mohd Wajdi b Mokhtar (0658) (Hosp.Umum Sarawak,Sarawak)
Sabah	:	Tn.Haji Yahya b Ahmad (0709) (Klinik Kesihatan Membakut,Sabah)

**LAPORAN PERSIDANGAN PENOLONG PEGAWAI FARMASI MALAYSIA
KALI KE 9 SIRI II 2016
ANJURAN PERSATUAN PENOLONG PEGAWAI FARMASI**

**Tempat : Hotel Rosa Pasadena Cemeron Highlands Pahang
Tarikh : 18 – 20 November 2016**



PENDAHULUAN:

Persidangan kali ini ialah yang kali ke-9 Siri II. Persidangan kali ke-9 telah diadakan di tempat yang sama pada 15 – 17 April 2016. Pada persidangan ini pihak urusetia hanya mensasarkan penyertaan dari Hospital Swasta sahaja iaitu seramai 100 orang, walau bagaimanapun pihak penganjur telah menerima penyertaan dari Hospital Kementerian Kesihatan Malaysia.

TEMA:

Ke Arah Kecemerlangan Profesion Penolong Pegawai Farmasi.

OBJEKTIF:

- Mendedahkan setiap peserta kepada amalan kepentingan kerja berpasukan, mengutamakan kehendak pelanggan dan memahami prinsip-prinsip pelaksanaan berlandaskan integriti, tugas mengikut prosedur dan tatacara jabatan demi memperkasakan Jabatan Farmasi.
- Mewujudkan budaya kerja yang tidak tersisih dari arus perkembangan farmasi masa kini kepada Penolong Pegawai Farmasi.
- Menyediakan Penolong Pegawai Farmasi yang berpengetahuan tinggi sealiran dengan perkembangan farmasi masa kini.

JAWATANKUASA PENGANJUR :

PENASIHAT	Puan Samidah Rahmat Yang DiPertua PPPFM / Penolong Pegawai Farmasi U40 HTAA Johor Bahru
PENGERUSI	Tuan Hj.Abdul Manan Kechik Naib Yang DiPertua PPPFM Kolej Islam Sains & Teknologi, Bachok
SETIAUSAHA	En.Suhaimi Esa Ahli Majlis PPPFM / Penolong Pegawai Farmasi U32 Hospital USM, Kubang Kerian
BENDAHARI	Tuan Hj.Sulaiman Harun Bendahari Kehormat PPPFM / Pesara Penolong Pegawai Farmasi U36, Kelantan.
AJK- PENDAFTARAN	Cik Masliza Mat Daud Penolong Pegawai Farmasi U32 KUP Hospital USM, Kubang Kerian
AJK- PROTOKOL & SAMBUTAN	Puan Fauziah Ishak Penolong Pegawai Farmasi U36 Hospital USM, Kubang Kerian
AJK- TEKNIKAL	En.Norlizam Norman Penolong Pegawai Farmasi U29 Hospital USM, Kubang Kerian

PENYERTAAN:

Penyertaan pada kali inidari 100 penyertaan peserta yang disasarkan hanya 42 orang yang hadir. 34 orang dari Hospital bukan KKM dan 8 orang dari Hospital KKM.

Penyertaan dari hospital KKM adalah seperti berikut:

NEGERI	PENYERTAAN
Kelantan	2 orang
Terengganu	2 orang
Kuala Lumpur	4 orang
JUMLAH	8 orang

Penyertaan dari Hospital bukan KKM dan Swasta adalah seperti berikut:

NAMA HOSPITAL	PENYERTAAN
Hospital Pakar PRKMUIP, Kuantan	2 orang
Metro Specialist Hospital	2 orang
Loh Guan Lye Specialist Centre	2 orang
DEMC Specialist Hospital, Shah Alam	2 orang
Hospital Pakar An-Nur Hasanah, Bangi	2 orang
Pantai Medical Centre, Jln Bukit Pantai	2 orang
Tung Shin Hospital, Jalan Pudu	2 orang
Hospital Pusrawi, Jln Tun Razak	2 orang
Regency Specialist Hospital, Johor Bahru	3 orang
Columbia Asia Hospital Setapak	1 orang
Columbia Asia Hospital Iskandar Puteri	1 orang
Columbia Asia Hospital Seremban	1 orang
Pusat Perubatan Universiti Malaya (UMMC)	2 orang
KPJ Seremban Specialist Hospital	2 orang
Mawar Medical Centre, Seremban	2 orang
Hospital Angkatan Tentera	4 orang
Sri Kota Specialist Medical	2 orang
JUMLAH	34 orang

Pada sesi suaikenal (Ice breaking) ianya dimulakan dengan pengenalan diri oleh Ahli Jawatan Kuasa Penganjur diikuti dengan pengenalan diri oleh semua peserta. Selepas itu disusuli dengan pemilihan Penghulu dan Penghuluwati persidangan sebagaimana berikut:

- **PENGHULU** : Andrew A/K Rosely
PPF Hospital Angkatan Tentera Lumut, Perak.
- **PENGHULUWATI** : Siti Azmila Binti Jamal
PPF Hospital Angkatan Tentera Tuanku Mizan, KL

Selepas pemilihan penghulu dan penghuluwati, peserta dibahagikan kepada 6 kumpulan bertujuan setiap kumpulan diberikan tugas untuk membuat rumusan pada topik yang disampaikan oleh penceramah sebagaimana berikut:

ATURCARA PERSIDANGAN

TARIKH/ MASA	PENCERAMAH	TAJUK CERAMAH
19.11.2016 9.15am – 10.30am	En.Ong Guan Boon PPK, Bhg.Penguatkuasa Farmasi,JKN Perak.	Penguatkuasaan Farmasi: Peranan & Tanggung jawab Hospital swasta/Bukan KKM
11.15am-12.45pm	Tuan Hj.Zainal Lajat Pengurus Besar Pharmaserv Alliance Sdn.Bhd	Pengurusan Inventori & Stor Berkualiti
2.00pm-3.30pm	En.Affendi Rajni Khan KPP (Sumber Manusia) HSB, Alor Setar Kedah.	Berfikiran Kreatif & Tingkatkan prestasi kerja
3.30pm-5.00pm	Dr.Tham Seong Whai Pakar O&G HRPB,Ipoh Perak.	Intertelity: What A Couple Should Know
20.11.2016 8.15am-9.45am	Puan Samidah Rahmat Yang DiPertua PPPFM / Penolong Pegawai Farmasi U40 HTAA Johor Bahru	Pengurusan Masa
9.45am-10.45am	Prof.Hj.Saad Othman Pusat Pengajian Sains Farmasi USM,Pulau Pinang	Traditional & Complimentary Medicine

MAJLIS MAKAN MALAM SEMPERA PERASMIAN DAN MAJLIS PENUTUP PERSIDANGAN:

1. Majlis makan malam sempena perasmian persidangan telah diadakan pada jam 7.45pm - 10.00pm (19.11.2016)
2. Perasmian persidangan telah disempurnakan oleh Puan Samidah Rahmat Yang DiPertua Persatuan Penolong Pegawai Farmasi Malaysia.
3. Majlis makan malam dan perasmian dimeriahkan dengan cabutan bertuah,hadiah misteri dan nyanyian dari peserta persidangan
4. Majlis penutup persidangan dan penyampaian sijil kepada peserta dan urusetia disempurnakan oleh Prof .Madya Hj. Saad Othman Ahli Kehormat PPPFM, pada jam 12.15pm-1.15pm (20.11.2016).

RUMUSAN PESERTA TERHADAP CERAMAH YG DIBENTANGKAN

TOPIK : PENGUATKUASAAN FARMASI: PERANAN & TANGGUNGJAWAP HOSPITAL SWASTA/BUKAN KKM

Penceramah: En.Ong Guan Boon

Penolong Pengarah Kanan, Bhg.Penguatkuasaan Farmasi, JKN Perak

Rumusan: Rumusan yang boleh didapati dari tajuk penguatkuasa farmasi, peranan dan tanggungjawab hospital swasta atau bukan KKM, adalah seperti berikut:

Peranan Biro Penguatkuasa:

- Pantau
- Risikan
- Serbu
- Kawalan
- Perlesenan
- Perundangan
- Pencegahan

Kepentingan Biro kepada pengguna:

Memastikan kualiti ubat dan bahan yang digunakan adalah selamat.

Kilang mengamalkan Good Manufacturing Practice (GMP).

Kesedaran kepada pengguna:

Memastikan produk berdaftar dengan KKM.

Memastikan tag hologram tulin.

Memastikan ubat-ubatan yang dibeli adalah dari sumber yang berdaftar.

Kesimpulan:

Sebagai Penolong Pegawai Farmasi kita haruslah memberi kesedaran kepada pengguna dengan memastikan ubatan yang diguna adalah selamat dan berdaftar dengan KKM.

Selain itu, sebagai Penolong Pegawai Farmasi kita mestilah melaksanakan garis panduan yang telah ditetapkan oleh Biro bagi memastikan keselamatan penggunaa ubat-ubatan adalah terjamin.

TOPIK : PENGURUSAN INVENTORI DAN STOR BERKUALITI

Penceramah: Tuan Hj.Zainal Lajat

Pengurus Besar Pharmaserv Alliance Sdn.Bhd.

Rumusan: Inventory ialah kuantiti barang, antara kategori :Purchasing, Receiving, Issuing & Stocking

Dengan pengurusan dan kawalan stok yang berkualiti dapat:

- Mengurangkan pembaziran kepada company seperti pengurangan stok tamat tempoh (Expired date), dan stok berlebihan setiap bulan.
- Kawalan stok juga terkawal.
- Tidak menyusahkan pesakit mencari ubat diluar.
- Kualiti ubat-ubatan yang dibekalkan dapat dikekalkan.
- Menambahkan keuntungan kepada company.

Kesimpulan:

Order stock need to match between demand and inventory

Avoid overloading stock because holding cost will increase. Hence, decrease in net profit

Monitor stock level, ensure continuity of stock supply.

TOPIK : BERFIKIRAN KREATIF DAN TINGKATKAN PRESTASI KERJA

Penceramah: En.Affendi Rajni Khan,
Ketua Penolong Pengarah (Sumber Manusia)
HSB, Alor Setar, Kedah

Rumusan:

- Self awareness - kesedaran tentang kebolehan dan kelemahan diri sendiri dan bagaimana hendak memperbetulkan.
- Sikap fokus terhadap sesuatu isu - mengambil berat terhadap apa-apa sahaja kerja yang kita buat, menitikberatkan setiap isu dan kejadian yang berlaku.
- Sikap ingin tahu – selalu mengemaskini ilmu, keinginan mengetahui luar dari kotak fikiran, general knowledge dan isu-isu semasa perubatan.
- Tidak menilai orang lain – menilai diri sendiri sebelum menilai orang lain.
- Tidak hidup untuk orang lain – hidup demi kita sendiri, selesa dengan diri sendiri, buat apa yang disukai.
- Selalu reward diri sendiri jika Berjaya melakukan apa-apa sahaja. Memotivasikan diri sendiri, dan selalu berfikiran positive.

Kesimpulan:

- Mempraktikkan setiap hari segala nilai murni dan mengajak rakan sekerja untuk mengamalkannya.
- Berfikiran positive dan sentiasa menyediakan ruang kerja yang selesa dan harmoni dalam kalangan pekerja.
- Sentiasa meningkatkan pengetahuan dalam apa jua bidang untuk mewujudkan pekerja yang berkebolehan melakukan banyak kerja dalam satu masa.
- Sentiasa bersedia untuk menerima apa sahaja cabaran yang dihadapi dalam alam pekerjaan dan bersedia untuk member segala komitmen untuk menyelesaikannya.

TOPIK :INTERTELITY: WHAT A COUPLE SHOULD KNOW

Penceramah: Dr.Tham Seong Whai
Pakar O&G Hospital Raja Permaisuri Bainun, Ipoh.

Rumusan:

The conclusion from the talk infertility what a couple should know, is every couple need to seek help from specialist after a year of tcc under a few circumstances. Every couple need to know their reproductif system and what is the cause of infertility. For female a few cause like Pcos, bloked of fallopian tube can cause infertility. For man there's a few cause also like count of sperma, the viscosity of semen and erectile dysfunction. But, after seeing the specialist, they can be help by knowing what is their problem and how to overcome the problem. The procedure's like IUI and IVF is a few of solution toward infertility.

Kesimpulan:

From the talk been given by Dr Tham, pharmacy assistant can actually explained to patient what is infertility. How the should seek for help from the specialist. What is the medicine that will help them in infertility. How to prepared their body to conceired. To explained to them that a few procedures need to be done for infertility to know their problem. Finally to explained to them that specialist and hospital will provide the best treatment and help them in every way that we can.

**LAPORAN BERGAMBAR
PERSIDANGAN PENOLONG PEGAWAI FARMASI KALI KE-9
SRI 99 2016**



LAPORAN SEMINAR PENOLONG PEGAWAI FARMASI JOHOR 2017

Tarikh : 1 April 2017 (Sabtu)

Masa : 8.00 pagi – 5.00 petang

Tempat : Dewan Ixora, Hospital Permai, Johor Bahru.

MATLAMAT

- Memupuk semangat kekitaan sesama ppf samada di dalam KKM Johor mahupun Non KKM
- Meningkatkan daya kepimpinan dan menyerlahkan keterampilan diri Penolong Pegawai Farmasi
- Memperjelaskan hala tuju dan perkembangan Profesion Penolong Pegawai Farmasi

OBJEKTIF

- Meningkatkan keprofesionalisma dan pengetahuan kepimpinan kanan dan semua anggota Penolong Pegawai Farmasi KKM dan Bukan KKM Negeri Johor
- Untuk memastikan para Penolong Pegawai Farmasi terlibat mempunyai pengetahuan dan kemahiran mengenai gaya kepimpinan dan pengurusan sesebuah organisasi dan mempraktikkannya.
- Memperjelaskan Halatuju dan Perkembangan Propesio PPF samada di dalam KKM mahupun Non KKM ada sama demi kecemerlangan dan masadepan profesion.

TEMA

- KEARAH KECEMERLANGAN PENOLONG PEGAWAI FARMASI JOHOR

SASARAN PESERTA

- Program mensasarkan penglibatan 70 – 80 Orang peserta PPF KKM dan Non KKM seluruh Negeri Johor dan Melaka.
- Kehadiran 88 % peserta telah mencapai sasaran seperti yang dijangkakan dengan pecahan :

PPF KKM : 45 orang PPF (9 Urusetia)

PPF Non KKM : 16 orang PPF (1 Urusetia)

Perasmi : Pn Hjh Rosidah bt Md Din

Pnceramah : 5 orang (jemputan)

BAYARAN PENDAFTARAN

AHLI PPPFM : RM 50.00

BUKAN AHLI : RM 70.00

URUSETIA : DIKECUALIKAN

AHLI JAWATANKUASA

Pengerusi	: Pn Samidah bt Rahmat
Setiausaha	: Hj Mohamad Razan b Pardi
Bendahari	: Hj Sulaiman b Harun
Pendaftaran & Protokol	: Pn Jauriah bt Muda Pn Hjh Siti Hanisah bt Md Said
Persiapan tempat	: Hj Basabah b Ibrahim En Hisham b Dol
PA Sistem & teknikal	: En Mohd Yusof b Ngadirin En Abu Bakar b Abdullah
Jamuan & Pengacara	: Pn Hjh Intan Norlinora bt Selamat

TENTATIF PROGRAM

MASA	AKTIVITI / TOPIK	PENCERAMAH / FASILITATOR
8.00 am - 8.30 am	Pendaftaran/Minum Pagi	Urusetia
8.30 am - 9.00 am	Taklimat. Lagu : 1) Sihat Sejahtera 2) Kami sedia membantu Bacaan Doa	Urusetia/Peserta Tn Hj Basabah b Ibrahim
9.00 am - 9.15 am	Ucapan Alu-aluan	Pn Samidah bt Rahmat (Pengerusi Penganjur)
9.15 am - 9.30 am	Perasmian Kursus	Pn Hjh Rosidah bt Md Din (TPKNF)
9.30am - 10.30am	Ceramah 1 : Perkhidmatan Farmasi Non KKM VS KKM	En Safwan b Abd Halim (KPJ)
10.30 am - 11.30pm	Ceramah 2: Penjagaan Kesihatan dan Persediaan Masa depan	(Muqmeen Group)
11.30 pm -12.30 pm	Ceramah 3: Sasaran dan Pencapaian dalam Pengurusan Farmasi	Pn Samidah bt Rahmat
1.00 pm - 2.00 pm	Makan tengahari/Solat	
2.00 pm - 3.00 pm	Ceramah 4: Halatuju dan Perkembangan Profession	Tn Hj Mohamad Razan b Pardi
3.00 pm - 4.00 pm	Dialog PPF : Perkhidmatan Farmasi : Apa sumbangan Anda ?	EXCO PPPFM/KESATUAN
4.00 pm - 5.00 pm	Rumusan & Penyampaian Sijil dan Bersurai	

MATLAMAT PENCAPAIAN SEMINAR

- 1.Membantu Peserta/PPF mencapai markah MyCpd (40 mata) dan kehadiran kursus 7 hari setahun.
- 2.Memberi maklumat terkini dan meningkatkan pengetahuan semasa.

PENILAIAN SEMINAR

1. Secara keseluruhannya peserta seminar berpuas hati terhadap perjalanan kursus yang dianjurkan dan kebanyakannya memberikan penilaian 8 – 10 markan.
2. Para peserta ada mencadangkan pemilihan penceramah yang lebih baik dari segi teknik penyampaian agar tidak membosankan.
3. Peserta juga mahukan penganjur menyelitkan tajuk-tajuk klinikal yang dapat memberi dan menambah pengetahuan bersesuaian dengan bidang farmasutikal seiring dengan tugas harian.

RUMUSAN SEMINAR

1. Seminar ini merupakan platform pertama PPPFM Johor dalam penganjuran Seminar yang dikendalikan sepenuhnya oleh PPF. Kami rasa berbesar hati kerana dapat mengumpulkan peserta-peserta di kalangan PPF dari KKM dan Non KKM di dalam satu program.
2. Semangat kekitaan yang terjalin di dalam seminar ini mencerminkan ikatan yang kukuh di antara sesama PPF demi memartabatkan Profesion Penolong Pegawai Farmasi/Pembantu Farmasi yang kita sayangi.
3. Sebarang kekurangan yang dilihat akan menjadi iktibar dan motivasi kami barisan urusetia untuk melaksanakan program-program yang lebih Berjaya di masa akan datang.
4. Akhir kata kami mengucapkan kepada semua barisan urusetia yang bertungkus lumus menjayakan Seminar PPF Johor 2017, kepada semua peserta yang sudi meluangkan masa rehat mereka untuk menghadirkan diri,para penceramah yang dapat memberikan komitmen kepada seminar ini dan juga kepada perasmii Pn Hjh Rosidah bt Md Din yang sudi merasmikan Seminar PPF Johor 2017 sebagai buah tangan beliau sebelum bersara.

“SEPAKAT MEMBAWA BERKAT”

DISEDIAKAN OLEH :

Hj Mohamad Razan b Pardi
Setiausaha Penganjur
Seminar PPF Johor 2017

LAPORAN BERGAMBAR SEMINAR PENOLONG PEGAWAI FARMASI 2017 JOHOR DARUL TAKZIM



LAPORAN KEJOHANAN FUTSAL PIALA WDP PERSATUAN PENOLONG PEGAWAI FARMASI MALAYSIA KALI KE-3 2017

PENDAHULUAN

Kejohanan kali ini ialah kali ke-3 selepas kejohanan yang pertama pada 6 Julai 2013 di Ipoh dan kedua pada 28 Mac 2015 di Bangi, Selangor. Kejohanan kali ini diadakan pada 8 April 2017 di Cheng, Melaka. Kejohanan ini telah diadakan seperti yang terdapat pada butiran di bawah :

Tarikh : 8 April 2017 (Sabtu)

Masa : 8.30 pagi – 2.00 petang

Tempat : Gelanggang Futsal SP Futsal Centre Cheng , Melaka.

OBJEKTIF

Kejohanan ini telah mencapai objektifnya iaitu untuk memberi peluang berkenalan dan merapatkan silaturrahim antara Penolong Pegawai Farmasi Malaysia (PPF) dengan cara bersukan dan mengamalkan gaya hidup sihat serta dapat membina proses sosialisasi, keyakinan diri dan memberi motivasi kepada PPF Malaysia dalam penganjuran acara sebegini.

JAWATANKUASA PENGANJUR

PENASIHAT	Puan Samidah Rahmat Yang Dipertua PPPFM
PENGERUSI	En. Asrul Effendi Jamaludin
SETIAUSAHA	Pn. Rosnah Muhammad
BENDAHARI	Tn.Hj. Sulaiman Harun
AJK SAMBUTAN	Tn.Hj. Mohd Razan Pardi En. Shahrul Azhan Sulaiman
AJK PENDAFTARAN	Cik Noor Shafizah Jaamat En. Azwan Azmi
AJK MAKANAN	Pn. Nor Asra Che Husin
AJK HADIAH	Pn. Aidah Jaafar En. Mohd Izzul Faliq Mazlan
AJK TEKNIKAL	En. Arief Akmal Fauzi En. Mohd Hafiz Mustafa

PENYERTAAN

Kejohanan kali ini telah berjaya mengumpulkan 12 pasukan yang bertanding . Setiap penyertaan dikenakan bayaran sebanyak RM 160.00 / pasukan.

Hanya pasukan lelaki yang bertanding pada kejohanan kali ini kerana 1 pasukan wanita sahaja yang menghantar penyertaan. Bayaran penyertaan telah pun dikembalikan.

Pasukan yang bertanding dan senarai pemenang:

BIL.	NAMA KUMPULAN	KETUA KUMPULAN	KEPUTUSAN
1.	STM Coco	Muzakkir Azhar	JOHAN
2.	Legend FC	Nik Syamsul Kamil Nik Badiuzzaman	NAIB JOHAN
3.	Perak FC	Redzuan Ramli	KETIGA
4.	Mekar Mewangi FC	Ahmad Zhafir Arifin	KEEMPAT
5.	Pishang FC	M.Hafizuddin M.Zaki	
6.	Lipatan FC	Sharul Nizam A.Rahman	
7.	HSEL	M.Zulfadzli Sapuan	
8.	Rx FC	M.Rulhazimi Rosli	
9.	Xanax FC	Rosmizi Razali	
10.	HUKM FC	Ahmad Muliadi A.Rahman	
11.	KUP FC		
12.	Gegau FC	HJ. Abd Aziz Md Nor	

PENUTUP

Pihak penganjur amat bersyukur kerana program yang dirancang telah dapat dilaksanakan dengan lancar dan mencapai objektifnya. Pihak penganjur ingin menyampaikan setinggi-tinggi penghargaan dan ucapan terima kasih kepada Yang Dipertua PPPFM terutamanya dan kepada semua yang telah sama-sama memberi sokongan dalam menjayakan kejohanan ini. Pihak penganjur juga memohon kemaafan jika ada sebarang kekurangan dalam menganjurkan kejohanan kali ini. Semoga semua PPF Malaysia akan sentiasa memberi sokongan dalam setiap program yang dianjurkan oleh PPFM sendiri terutamanya.

DISEDIAKAN OLEH:

JK PENGANJUR

KEJOHANAN FUTSAL PIALA YDP 2017

LAPORAN BERGAMBAR KEJOHANAN FUTSAL PIALA UDP 2017 PERSATUAN PENOLONG PEJAWAT FARMASI MALAYSIA



LAPORAN UMRAH BERSAMA PERSATUAN PENOLONG PEGAWAI FARMASI MALAYSIA

- Cadangan menganjurkan Umrah bersama Persatuan PPF Malaysia telah diputuskan dalam mesyuarat Ahli Majlis pada 7 Januari 2017.
- Seramai 5 orang ahli Persatuan PPF Malaysia dan keluarga telah bersama program Umrah ini yang bermula dari 16 Mei 17 sehingga 27 Mei 17.
 - Puan Samidah dan suami,
 - Puan Hjh Khamsiah Brahim dan anak,
 - Hj. Abdul Manan Kechik,
 - Jemaah PPPFM di gabungkan dgn jemaah lain dari Malaysia seramai 25 orang yang menggunakan khidmat agensi pelancongan yang sama.
 - Gabungan kumpulan Jemaah ini diketuai oleh Mutawwif Ustaz Yusrizal Mohd Yusoff dari Kuala Lumpur.
- Setiap peserta dikenakan bayaran sebanyak RM 5,600.00, meliputi bayaran penginapan, tambang kapal terbang, makan minum, pengangkutan di Mekah dan Medinah dan bayaran ketempat ziarah (jika ada).

ATURCARA :

Hari 01 – 02 : KUL/JEDDAH/MEKKAH:

Ihram di KLIA & Niat Umrah di Qarnul Manazel.

Berlepas dari KLIA dgn Saudi Air – Pukul 3.00 pm (waktu Malaysia)

Tiba Jeddah – 6.00 pm (waktu Arab Saudi)

Selepas pemeriksaan kastam dan imigresen berlepas ke Makkah dgn bas.

Tiba di Hotel Jawharat Misfalah Makkah (350 meter dari Masjidil Haram) jam 2.00am. Rehat sebentar sebelum Tawaf, Saei dan Tahallul – Umrah pertama.

Hari 03 : Acara bebas – Beribadah.

Hari 04 : MAKKAH/ZIARAH:

Ziarah Jabal Nur, Jabal Thur, Arafah, Mudzalifah & Jaaranah.

Niat Umrah di Jaaranah – Umrah kedua.

Hari 05 : MAKKAH/ZIARAH:

Lawatan Taif – Niat Umrah Qarnul Manazel – Umrah ketiga.

Hari 06 : Acara bebas – Beribadah.

Hari 07 : MAKKAH/ZIARAH:

Lawatan Hudaibiyah, Muzium Abu Baker Al Amoudi dan Muzium Haji Makkah. Niat Umrah di Hudaibiyah – Umrah keempat.

Hari 08 : Acara bebas – Beribadah.

Hari 09 : MAKKAH/MEDINAH:

Tawaf Wida', Bertolak ke Medinah jam 2pm. Tiba jam 8.30pm. Menginap di Hotel AlZahra Khair, 100 meter dari Masjid Nabawi.

Hari 10 : MEDINAH/ZIARAH:

Ziarah Dalam – Makam Rasulullah, Perkuburan Baqi'. Acara bebas – Beribadah.

Hari 11 : MEDINAH/ZIARAH:

Ziarah Luar – Masjid Quba, Masjid Qiblatain dan Perkuburan Shuhadah serta Bukit Uhud.

Hari 12 – 13 : MEDINAH/KUL:

Ziarah Wida'. Sedia utk ke Lapangan Terbang Medinah. Berlepas dari Medinah ke KLIA jam 1.00 am (Waktu Medinah)

Tiba di KLIA jam 6.00pm 19 Jun 2017.

- Jemaah PPPFM telah dapat berjaya menyempurnakan Umrah dan ibadah dan berpuashati dengan layanan yang memuaskan dari Agensi Pelancongan berkenaan.
- Agensi Pelancongan KRS telah menyumbangkan RM 1,000.00 kepada PPPFM kerana kesudian kita menggunakan khidmat umrahnya.

LAPORAN UMRAH BERSAMA PERSATUAN PEMOLONG PEGAWAI FARMASI MALAYSIA



LAPORAN PERCUTIAN MUSTI SEMEK PERSATUAN PENOLONG PEGAWAI FARMASI MALAYSIA

PENDAHULUAN:

Percutian ini diadakan sebagai alternatif kepada percutian ke Aceh dan Bandaraya Ho Chi Minh yang tidak dapat diadakan kerana kekurangan sambutan ahli.

Tarikh percutian : 20 – 24 Oktober 2016 (4 hari / 3 malam)

Tempat : Bandaraya Beijing, China.

PENYERTAAN:

Peserta yang menyertai percutian ini seramai 20 orang terdiri dari Penolong Pegawai Farmasi dan keluarga masing-masing. 6 orang peserta ialah Penolong Pegawai Farmasi yang telah bersara.

Senarai peserta adalah sebagaimana berikut:

BIL	NAMA	NEGERI
1.	Juriah Wakidi	Sabah
2.	Abdul Latip Pg Hassan	Sabah
3.	Salmah Wading	Sabah
4.	Chek Su Mohd.Yusoff	WP Putrajaya
5.	Dr Aimi Asilah Zubaidi	WP Putrajaya
6.	Nurul Adha Othman	WP Putrajaya
7.	Zaharah Mohd Yusoff	WP Putrajaya
8.	Marzimah Ramli	Melaka
9.	Mohd Yajid Sanif	Melaka
10.	Sharifah Nasfiah Syed Ali	Perak
11.	Syed Mansor Syed Omar	Perak
12.	Rodiah Rauf	Johor
13.	Hjh.Latipah Abd.Rahman	Selangor
14.	Hj.Jaafar Md. Shariff	Selangor
15.	Fatimah Idris	WP Putrajaya
16.	Saleha Salleh	Melaka
17.	Suraya Ghazali	Perak
18.	Hjh.Rohani Salleh	Kelantan
19.	Nurul Izyani Abdul Manan	Kelantan
20.	Hj. Abdul Manan Kechik	Kelantan

Setiap orang peserta dikenakan bayaran sebanyak RM 2,000.00. Bayaran termasuk:

- Penginapan di hotel 3* (2 / 3 orang sebilik).
- Tiket penerbangan dan cukai lapangan terbang.
- Makan/minum, lawatan dan pengangkutan seperti aturcara.
- Bayaran masuk lawatan seperti aturcara.
- Pemandu pelancong
- Bayaran visa.
- Bagasi 20kg seorang.

JADUAL LAWATAN:

Jadual dan tempat dilawati adalah sebagaimana berikut:
(Suhu Beijing semasa percutian ialah antara 5 – 10 darjah C).

HARI 1 - 2: KUALA LUMPUR / BEIJING : 20-21.10.2016

Berkumpul di KLIA jam 3.00 ptg. Berlepas ke Beijing pada jam 6.20 ptg dengan penerbangan **MAS MH 360**. Tiba di Beijing pada jam 12.20 pagi, Disambut oleh Pemandu Pelancong Mr Ali dari **Islamic Chinese Travel Agensi**, terus check-in di **Tai Shun Business 4 Star Hotel**. Berehat sebentar. Selepas sarapan pagi di hotel, dibawa melawat ke **Dataran Tianmen** dan juga **Forbidden City** atau lebih dikenali sebagai Kota Larangan yang mempunyai reka bentuk Istana yang unik. Makan tengahari di restoran tempatan dan melawat **Masjid Niujie**. Membeli-belah di **Silk Centre dan Muslim Super Market**. Makan malam di **Xin Jiang Muslim Restaurant**, selepas itu menyaksikan **Persembahan Acrobatic**.

HARI 3: BEIJING : 22.10.2016

Selepas sarapan pagi, dibawa melawat ke **Tembok Besar China** dan berpeluang mendaki tembok tersebut. Makan tengahari di restoran tempatan. Seterusnya ke **Pusat Jade** berpeluang untuk mengetahui tentang cara bagaimana untuk melihat keaslian Batu Jade. Kemudian dibawa ke **Pusat Crystal** untuk melihat barangan seperti gelang, rantai, kacamata dan banyak lagi yang diperbuat dari Batu Kristal. Melawat **Burning Cream Centre**. Makan malam di restoran muslim tempatan dan membeli-belah di **Wang Fu Jing Shopping Street** dan **Night Food Market**.

HARI 4: BEIJING/KUALA LUMPUR. 23-24.10.2016

Selepas sarapan pagi di hotel, *check out hotel* dibawa membeli-belah di **Bamboo Shopping Centre**. Kemudian dibawa mendapatkan rawatanurut kaki percuma "**Foot Massage**" dan **Pusat Pemulihan Kedokteran Tradisional China** (Pusat Kajian Herba). Terdapat pelbagai perubatan herba dari masa dahulu hingga yang terkini. Makan tengahari di restoran tempatan. Kemudian melawat **Masjid Nan Dou Ya** dan **Tea House**. Membeli-belah di **Xiushui Market**. Makan malam di restoran tempatan.. Kemudian peserta dibawa ke lapangan terbang untuk penerbangan pulang ke Kuala Lumpur dengan penerbangan **MAS MH361**. Berlepas jam 1.30 pagi tiba di KLIA jam 7.30 pagi (24.10.2016).

PENYATA PERBELANJAAN:

Bayaran peserta RM 2,000.00 x 20	=	RM 40,000.00
Bayaran kpd KRS Travel Sdn.Bhd. RM 1,950.00 x 20	=	RM 39,000.00
BAKI – Sumbangan KRS Travel kepada Persatuan PPF Malaysia	=	RM 1,000.00

PENGHARGAAN:

Urusetia percutian PPPFM mengucapkan ribuan terima kasih kepada Majlis PPPFM atas sokongan menjayakan program ini dan berharap ianya dapat diadakan lagi padamasayang akan datang. Terima kasih.

Disediakan oleh:

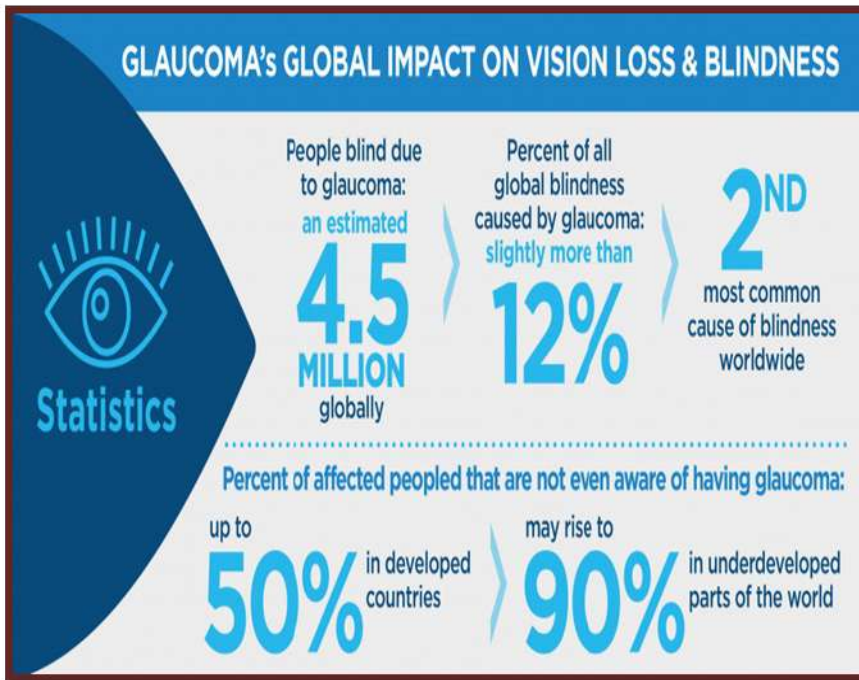
Urusetia Percutian PPPFM.

Bertarikh: 25 Disember 2016.

**LAPORAN BERGAMBAR
PERCUTIAN MUSLIM SEBUK
PERSATUAN PENOLONG PEKAWAN FARMASI MALAYSIA**



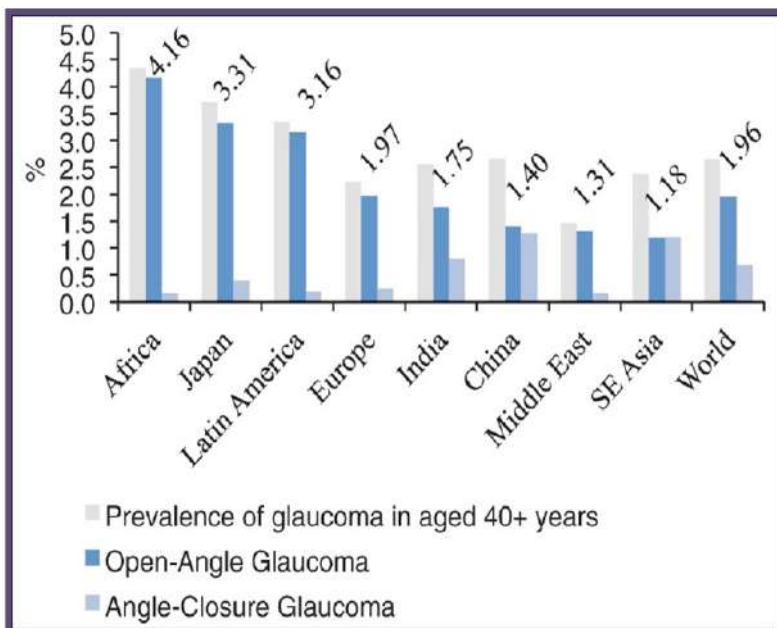
EYE 2 EYE - GLAUCOMA



INTRODUCTION

According to the Glaucoma Research Foundation, more than 50% of these individuals are unaware that they have glaucoma because there are typically no warning signs in the initial stages. Results of a study published in the January 2014 issue of Ophthalmology show that the risk of blindness related to glaucoma 20 years after diagnosis has decreased by 50% due to early intervention and consistent treatment. Glaucoma is the leading cause of irreversible blindness and the second leading cause of preventable blindness after cataracts. Around the world, doctors, scientists and researchers are hard at work developing new strategies for prevention and management, and more aggressive glaucoma treatments.

FACTS AND FIGURES



- **Prevalence of glaucoma in population aged 40+ years (%) in 2010 by World Health Organization sub-regions**
- **Globally, 60.5 million had glaucoma in 2010. Given the aging of the world's population, this number may increase to almost 80 million by 2020.**

GLAUCOMA

So what is glaucoma? Glaucoma represents a group of diseases defined by a characteristic optic neuropathy that is consistent with excavation and undermining of the neural and connective tissue elements of the optic disc and by eventual development of distinctive patterns of visual dysfunction. In the past, glaucoma was viewed as a disease of raised intraocular pressure (IOP). However; it has become increasingly clear that elevated IOP is only one of the risk factors for this disease. Recent evidence indicates that lowering IOP does not prevent progression in all patients and that progression can continue despite effective lowering of IOP.

FIGURE 1

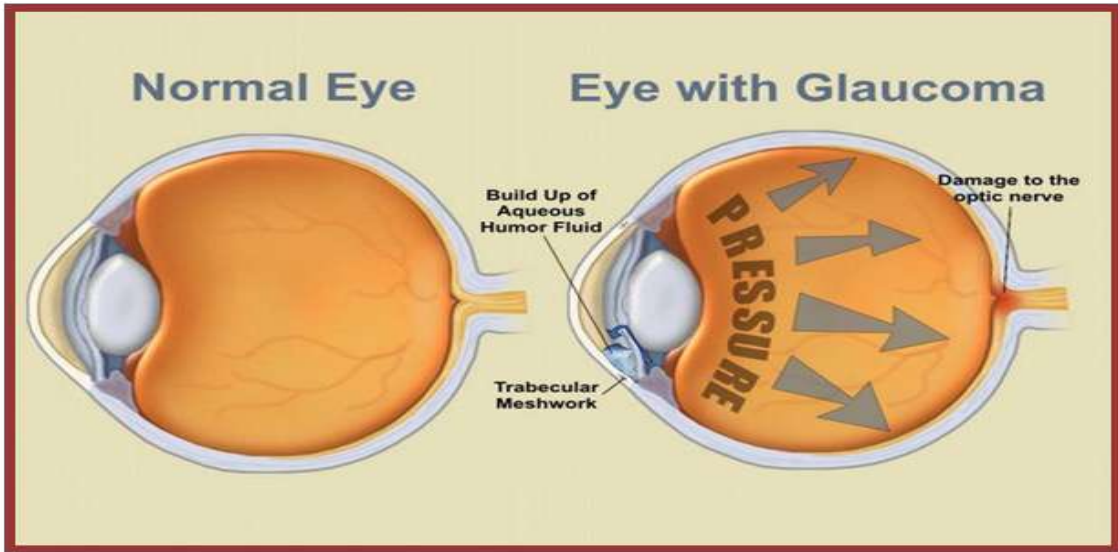
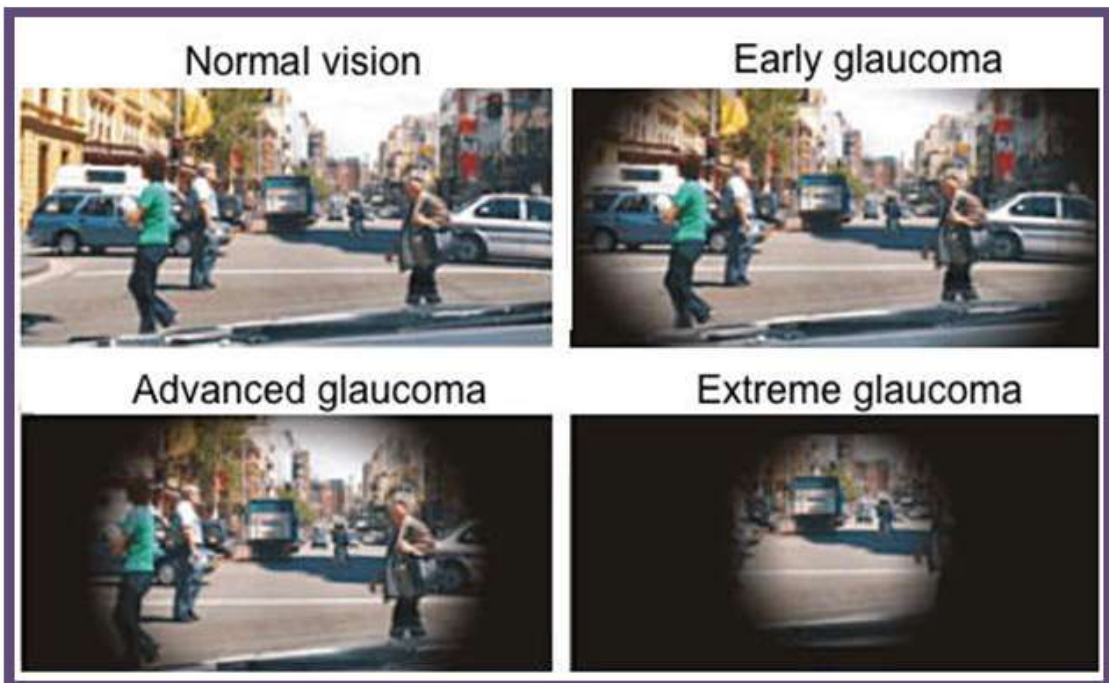


FIGURE 2



TYPES OF GLAUCOMA WITH SYMPTOMS

TYPES OF GLAUCOMA			
Type	Cause/Effect	Symptoms	Comments
Chronic Open Angle Glaucoma	Gradual blockage of drainage channel Pressure builds slowly	Gradual loss of side vision Affects side vision first	This type of glaucoma progresses very slowly and is a lifelong condition.
Acute Closed Angle Glaucoma	Total blockage of drainage channel Sudden increase in pressure	Nausea Blurred Vision Severe Pain Halos around lights	This condition constitutes a medical emergency, as permanent blindness occurs rapidly without immediate attention.
Secondary Glaucoma	Injury, infection, tumors, drugs, or inflammation cause scar tissue which blocks the drainage channel	Gradual loss of side vision Affects side vision first	This form of glaucoma may progress slowly, as in cases of chronic glaucoma.
Congenital Glaucoma	Fluid drainage system abnormal at birth	Enlarged eyes Cloudy cornea Light sensitivity Excessive tearing	This condition must be treated soon after birth if vision is to be saved.

INTRAOCULAR PRESSURE (IOP)

	Normal Eyes	With a Change in Parameters
Intraocular pressure (IOP)	16 mmHg	25 mmHg
Intracranial pressure (ICP)	12 mmHg	8 mmHg
Laminar thickness	450 μm	400 μm
Pressure difference	4 mmHg	17 mmHg
Pressure gradient	10 mmHg/mm	42.5 mmHg/mm

Intraocular pressure (IOP) is the fluid pressure inside the eye. Tonometry is the method eye care professionals use to determine this. IOP is an important aspect in the evaluation of patients at risk from glaucoma. Most tonometers are calibrated to measure pressure in millimeters of mercury (mmHg). Eye pressure is measured in millimeters of mercury (mm Hg). Normal eye pressure ranges from mm Hg, and eye pressure of greater than 22 mm Hg is considered higher than normal.

RISK AND FACTORS

Although anyone can be diagnosed with glaucoma, certain patient populations have an increased risk for developing it. Commonly known risk factors include the following:

- Having a family history of glaucoma
- Having uncontrolled diabetes
- Hypertension (high blood pressure)
- Obesity
- Vigorous Exercise (with pigmentary glaucoma)
- Using steroids/cortisone long term
- Having a history of myopia/hyperopia
- Having previous eye injuries
- Having a thin central cornea (i.e., <0.5 mm thick)

Results of a 2013 study suggest that individuals with sleep apnea are at an increased risk for developing open-angle glaucoma.

TREATMENT OF GLAUCOMA - TABLE 1

DRUG CLASS	MECHANISM OF ACTION	EXAMPLES	DOSAGE	IOP DECREASE
Beta – Adrenergic antagonist	Decrease aqueous humor production	TIMOLOL (TIMOPTIC) BETAXOLOL(BETOPTIC)	EVERY 12 HOURS	20-30% 15-20%
Prostaglandin analogs	Increased uveoscleral outflow	LATANOPROST (XALATAN) BIMATOPROST (LUMIGAN) TRAVAPROST (TRAVATAN) TAFLUPROST (TAFLOTAN)	ONCE DAILY	25-32%
Alpha2-adrenergic agonist	Decrease aqueous humor production Increased uveoscleral outflow	BRIMONIDINE (ALPHAGAN) APRACLONIDINE (IOPIDINE)	EVERY 8-12 HOURS	20-30%
Miotics	Increases trabecular outflow	PILOCARPINE (PILOCAR)	EVERY 6-12 HOURS	15-25%
Carbonic Anyhydrase Inhibitors	Decrease aqueous humor production	DORZOLAMIDE (TRUSOPT) BRINZOLAMIDE (AZOPT) ACETAZOLAMIDE (DIAMOX)	EVERY 8-12 HOURS EVERY 8-12 HOURS EVERY 6-12 HOURS	15-20% 15-20% 15-20%

TABLE 2 - DRUG COMBINATION

COMBINATION	TRADE NAME	CONCENTRATION	IOP REDUCTION
Timolol/Dorzolamide	COSOPT	0.5%/2% BD	25-30%
Timolol/Latanoprost	XALACOM	0.5%/0.005% HS	Greater than monotherapy
Timolol/Travoprost	DUOTRAV	0.5%/0.004% HS	Greater than monotherapy
Timolol/Bimatoprost	GANFORT	0.5%/0.003% HS	Greater than monotherapy
Timolol/Brimonidine	COMBIGAN	0.5%/0.2% BD	Greater than monotherapy
Brinzolamide/Brimonidine	SIMBRINZA	1%/0.2% BD	Greater than monotherapy

PREVENTION

You may not be able to prevent glaucoma. But these self-care steps can help you detect it early, limit vision loss or slow its progress.

GET REGULAR EYE CARE.

Regular comprehensive eye exams can help detect glaucoma in its early stages before irreversible damage occurs. As a general rule, have comprehensive eye exams every four years beginning at age 40 and every two years from age 65. You may need more frequent screening if you are at high risk of glaucoma. Ask your doctor to recommend the right screening schedule for you.

KNOW YOUR FAMILY’S EYE HEALTH HISTORY.

Glaucoma tends to run in families. If you’re at increased risk, you may need more frequent screening.

EXERCISE SAFELY.

Regular, moderate exercise may help prevent glaucoma by reducing eye pressure. Talk with your doctor about an appropriate exercise program.

TAKE PRESCRIBED EYEDROPS REGULARLY

Glaucoma eye drops can significantly reduce the risk that high eye pressure will progress to glaucoma. To be effective, eye drops prescribed by your doctor need to be used regularly even if you have no symptoms.

WEAR EYE PROTECTION

Serious eye injuries can lead to glaucoma. Wear eye protection when using power.

CONCLUSION

Health care professionals should continue to educate patients about the importance of undergoing glaucoma screenings and adhering to treatment plans. With an increased awareness of the risk factors and the treatments for glaucoma, many patients may benefit from early screenings and treatments, thus preventing or decreasing complications such as vision impairment, loss of peripheral vision, and blindness.

FROM : ISLAND HOSPITAL PENANG

PREPARED BY : AARON A/L THOMAS MICHAEL (PPFM NO:2341)

B RAJ MOHAN A/L M BALA KRISHNAN (SENIOR PHARMACY ASSISTANT)

JASVINDERJIT KAUR CHORLEY A/P MANJIT SINGH

NOR LAILA BINTI AFFENDI

PAVITRA A/P RAMANAIDU

SASIKALA A/P SUVENTHANDRAN

SELOKA QURTIDAM ITUA PPF YANG DULU DAN BUKAN YANG SEKARANG....

MARI DENGAR INI SELOKA
BUKAN MENGUMPAT BUKAN MENGATA
HANYA HIBURAN SEMATA-MATA
CERITA KINI DAN DAHULU KALA

AKU YG DULU BUKAN YG SEKARANG
FIRST POSTING BAGAI BERPERANG
KUATERS PUN PENUH BERSARANG
KU TERIMA DGN HATI YG TENANG

DULU DIPANGGIL PEMBANCUH UBAT
BUKANNYA RINGAN TAPI TUGAS BERAT
BERI SUMBANGAN KEPADA RAKYAT
NEGARA MAJU RAKYAT SIHAT

DULU AWALNYA PPF SIKIT SAJA
SEPENUH MASA DUDUK DI KAUNTER
SELURUH JIWA JADI DISPENSER
SEGALA TANGGUNG JAWAB DI BAHU KITA

DULU HAFAL SEMUA FORMULA
MIXTURE, LOTION DALAM KEPALA
TAHU SEMUA TATA CARA
SEKARANG NI SEMUA KILANG YG SEDIA

DULU DISAPA GOOD MORNING SIR
SELAMAT PAGI TUAN DITUKAR GANTI
PENDEKATAN DIUBAH PELBAGAI USAHA
BUDAYA KORPORAT TERSEMAT DIHATI

AKU YG DULU BUKAN YG SEKARANG
GAJI KU CIPUT X CUKUP MAKAN
UNTUNGNYA PETUGAS2 SEKARANG
HIDUP MEWAH BERGAYA SAKAN

POK CIK, UNCLE MANA BOTOL
TING TING SIBOTOL KICAP
SEKARANG NI SEMUA DISPOSABLE
ITU PUN PATIENT BANYAK CAKAP

AKU YG DULU BUKAN YG SEKARANG
KERETA KU MEWAH BUKAN KEPALANG
GAJI KU BESAR O.T BERSARANG
CUMA TAKUT IKHLAS JADI KURANG

AKU YG DULU BUKAN YG SEKARANG
KERETA KU MEWAH BUKAN KEPALANG
GAJI KU BESAR O.T BERSARANG
CUMA TAKUT IKHLAS JADI KURANG

NAK BUAT SYRUP BERGUNI GULA
LA NI SEMUA DAH TERSEDIA
BUKAN KAMI CEMBURU BUTA
MEMANG INI SITUASI YG NYATA

POK CIK, UNCLE MANA BOTOL
TING TING SIBOTOL KICAP
SEKARANG NI SEMUA DISPOSABLE
ITU PUN PATIENT BANYAK CAKAP

UBAT DULU KENA TUANG
SEKARANG DAH SIAP DALAM BOTOL
DAPAT FREE PUN NAK DIBUANG
BILA LA ATTITUDE KITA NAK BETUL

AKU YG DULU BUKAN YG SEKARANG
DULUKU MUDA CAKAP PUN GARANG
KINI AKU DAH SEMAKIN MATANG
DENGAN PATIENT AKU PENYAYANG

LA NI SEMUA DAH DISIAPKAN
SEMUA UBAT DAH DILABELKAN
SUPAYA PESAKIT SENANG NAK SIMPAN
ITU PUN KITA NAK DIPERTIKAIKAN

NAK BUAT SYRUP BERGUNI GULA
LA NI SEMUA DAH TERSEDIA
BUKAN KAMI CEMBURU BUTA
MEMANG INI SITUASI YG NYATA

DULU PESAKIT IKUT SAHAJA
APA SAJA FARMASI KATA
SEKARANG NI JGN BUAT IKUT SUKA
DAH RAMAI PESAKIT SARJANA MUDA

DULU SEORANG KINI MELATA
TINGKAH LAKU JADI CERMIN KITA
USAH KASAR USAH MENGATA
BERSATU TINGKATKAN PROFESION KITA

DULU KERJA TANGAN BERSILANG
TAK CUKUP MASA TUGAS TAK TERBILANG
LEGA RASANYA KEADAAN SEKARANG
TAKUT PULAK DIJUMUD DIHARI MENDATANG

HANYA PPPFM WADAH KITA
TAK KIRA KKM ATAUPUN SWASTA
MENJADI PAYUNG PROFESION KITA
KALAU BUKAN KITA SAPE LAGI NAK JAGA

KERJA IKHLAS SEMAKIN PUPUS
KALAU KERJA ASYIK NAK FULUS
KITA TANAMKAN SIFAT YANG TULUS
MOGA PAHALA TIDAK TERBOLOS

MEMANG BANYAK LAGI NAK DIKATA
TAPI RASANYA X CUKUP MASA
TAKUT NANTI ORANG MENGATA
TAMBAH BANYAK LAGILA DOSA

INGATLAH PENGORBANAN KAMI YANG DULU DI AKHIR KALAM AMBIL KESEMPATAN
MEMBINA IMEJ BERGANDING BAHU
DEMI PROFESION DAN HALATUJU
OTAI NASIHAT YG MUDA SETUJU

DI AKHIR KALAM AMBIL KESEMPATAN
KALAU ADA SEBARANG KESILAPAN
MOHON AMPUN JUGA KEMAAAFAN
KALAU ADA TERGURIS PERASAAN

AKU YG DULU BUKAN YG SEKARANG
SUSAHNYA KERJA TINGGALKAN KESAN
WALAUPUN MEREKA ORANG SEBERANG
KU LAYAN SAMA TANPA PERBEZAAN

INI SEKADAR CERITA LAMA
BUAT INGATAN KITA BERSAMA
ANTARA KITA KEAKRABAN TERBINA
MARI MAJUKAN PROFESION TERCINTA

KECEMERLANGAN PPF TIDAK DINAFI
YANG BERSARA KINI BERTUKAR GANTI
KITA KERJA PENUH INTERGRITI
BARULAH BERKAT SEMUA REZEKI

MOHON SAYA UNDIR DIRI
DAH TAK LARAT LAGI NAK BERDIRI
MOGA KITA BESELOKA LAGI
DI LAIN MAJLIS DI LAIN HARI

NUKILAN RASA GURINDAM JIWA :
WAK AJI MRP
JOHOR DARUL TAKZIM

Majlis "ReUnion (RU) Dinner Batch Sweet 17"

Penolong Pegawai Farmasi

Majlis "Reunion Dinner Batch Sweet 17" Penolong Pegawai Farmasi pengambilan Kementerian Kesihatan 1976 - 1977 telah berlangsung dengan jayanya di D Everly Putrajaya pada 7.7.17 jam 6 petang hingga 10.30 malam.



Seramai 48 orang telah hadir dimana 26 adalah Penolong Pegawai Farmasi, 2 mantan Penolong Pegawai Farmasi yang telah bertukar jawatan ke Jabatan Kastam dan selebihnya adalah suami/isteri/anak Penolong Pegawai Farmasi. Seorang lagi Penolong Pegawai Farmasi yang telah mendaftar nama tidak dapat hadir atas alasan yang tidak dapat dielakkan.

Senarai kehadiran seperti berikut:

- 1.Hj Khairi bin Md Isa
- 2.Hj Sazali bin Talib
- 3.Hj Hamdan bin Hashim & isteri
- 4.Hjh Asiah bt Mohammad & suami & anak
- 5.Hj Anwar bin Taha & isteri
- 6.Goh Hee Seng
- 7.Francis Ho & isteri
- 8.Hj Hailmy bin Abd Hadi
- 9.Hj Abd Rahman bin Alang
- 10.Hjh Norhaini bt Osman
- 11.Hj Abd Razak bin Omar & isteri & anak & menantu
- 12.Hjh Sharifah Nasfiah bt Syed Ali & anak
- 13.Hjh Norsiah bt Milin & suami
- 14.Fong Tui Kiat
- 15.Hj Md Akhir bin Hj Ahmad
- 16.Hj Annuar bin Mokhtar
- 17.Chu Ah Kium
- 18.Hjh Khamsiah bt Hj Brahim
- 19.Hj Dzahari & isteri & anak
- 20.Hj Abdullah Zawawi bin Abd Aziz
- 21.Hj Yusof bin idris & isteri
- 22.Hjh Maznah bt Othman
- 23.Hj Mohd Radzi bin Wan Chik
- 24.Lebing Semundoh dan adik
- 25.Horanah Putit & anak
- 26.Hj Nayan bin Hj Yasin & isteri
- 27.Hj Abd Wahid & isteri (Pegawai Kastam)
- 28.Hj Bahari bin Bujang & rakan (Pegawai Kastam)

Untuk menjayakan RU ini bukanlah satu perkara yang mudah kerana logistik. Namun kami berjaya melakukannya melalui alam maya dengan adanya kecanggihan teknologi terkini. Kumpulan “Whatapps” telah diwujudkan oleh Tn Hj Khairi bin Md Isa. Melalui “Whatapps” dan telefon, kami bercambah fikiran. Ada ahli yang bercadang untuk adakan RU. Pada mulanya, kita cadangkan pihak Semenanjung jadi tuan rumah namun sepi. Jadi Hjh Khamsiah bt Hj Brahim dari Sarawak telah membuat langkah pertama dengan menghubungi D Everly Putrajaya untuk mendapat sebutharga setelah dapat persetujuan tarikh keramat 7.7.17 dari semua ahli kumpulan “Whatapps Batch Sweet 17” (WABS17).

Setelah berhubung dengan D Everly Putrajaya melalui telefon pada 27 Mac 2017, beberapa sebutharga telah diterima. Telah dihebahkan dalam kumpulan WABS17. Perasaan terharu sangat apabila dapat sambutan yang begitu positif. Tarikh 7.7.17 telah dipersetujui dan hari demi hari ada penyertaan diterima. Ahli jawatankuasa telah ditubuh berpandukan respon dalam WABS17 seperti berikut :

Pengerusi : Hj Khairi bin Md Isa
Setiausaha : Hjh Khamsiah binti Hj Brahim
Bendahari : Hjh Asiah binti Mohamed
Ahlijawatankuasa : Hj Hamdan bin Hashim
Hj Sazali bin Talib
Hjh Sharifah Nasfiah binti Syed Ali

Setiausaha telah memainkan peranan sebagai penghubung di antara hotel dengan ahli-ahli kumpulan WABS17. Setelah jumlah bayaran dipersetujui, Setiausaha mencadangkan agar Bendahari menghebahkan nombor akaun untuk memudahkan pembayaran. Namun di atas kesibukan Bendahari, Setiausaha telah menawarkan agar bayaran dihantar ke akaun beliau. Ini juga memudahkan pengesahan penyertaan kerana pihak hotel telah memberi tarikh akhir untuk membuat cagaran agar pihak hotel dapat “block” tarikh 7.7.17.

Kutipan telah diterima mulai 10 April 2017 sehingga 7.7.17. Setelah memperolehi bayaran daripada lebih kurang 75% peserta, Setiausaha telah menghubungi D Everly Putrajaya agar menghantar sebutharga mengikut penyertaan terkini. Selang beberapa hari, Setiausaha membayar cagaran sebanyak 50% melalui Maybank2U ke akaun hotel. Selesai bab “booking”. Bab ini sungguh mudah kerana sokongan yang sangat memberangsangkan dari PPF BS17 yang ambil bahagian. Yang paling seronoknya, yang tidak ambil bahagian pun turut memberi sokongan. Bukannya mereka tidak mahu ikut sama, namun disebabkan perkara-perkara yang tidak dapat dielakkan. Semoga RU yang akan datang, lebih ramai lagi mengambil bahagian.

Pihak D Everly Putrajaya telah memberi satu “package” yang begitu menarik sehinggakan kami ada baki kutipan. Setiausaha telah mencadangkan untuk beli “doorgift” namun ada yang kurang setuju. Ada yang cadangkan duit dibawa ke hadapan, tetapi Setiausaha cadangkan ianya dipulangkan. Pengerusi memberitahu bahawa perjumpaan seperti ini adalah setelah 40 tahun, jadi kita perlu ada cenderahati. Setelah berbincang, Setiausaha bersetuju untuk membeli dan sediakan cenderahati untuk 43 orang. Oleh kerana cenderahati perlu naik kapal terbang, pemilihan cenderahati perlu teliti agar tidak terlalu besar & berat tetapi penuh bermakna. Alhamdulillah, walaupun tidak seberapa, cenderahati yang disediakan sungguh bermakna buat Setiausaha sendiri dan adalah diharapkan agar ianya juga bermakna buat semua.

Detik pertemuan pada 7.7.17 begitu bermakna buat kami. Kegembiraan pada setiap PPF yang hadir tidak dapat diungkap dengan kata-kata. Tali silaturahmi yang terjalin 40 tahun yang lampau macam menyerlah semula walaupun ramai yang tidak “cam” dengan rakan lama. Tertawaria menyelubungi “lobby” D Everly Putrajaya dan kami semua sungguh gembira. Impian menjadi kenyataan.

Aturcara pada malam itu bermula dengan pendaftaran dan penyampaian cenderahati seawal 5.45 petang. Jam 7 malam doa selamat telah disampaikan oleh Tn Hj Abdullah Zawawi bin Abd Aziz. Kemudian bermulalah jamuan makan malam. Bila masuk waktu maghrib, PPF muslimin & muslimat menunaikan yang fardhu manakala yang lain meneruskan agenda dengan girangnya. Setelah semua berkumpul semula, sekitar jam 9.30 malam, majlis diserikan lagi dengan acara memotong kek RU. PPF yang lahir pada bulan Jun & Julai diberi penghormatan untuk memotong kek yang berlogokan RU BS17. Kemudian diikuti dengan ucapan alu-aluan Pengerusi RU Tn Hj Khairi bin Md Isa.

Setelah itu Pengerusi memberi peluang Setiausaha Pn Hjh Khamsiah bt Hj Brahim untuk menyampaikan sepatah dua kata. Setiausaha sungguh terharu sehinggakan beliau kelu untuk berkata-kata. Sebetulnya Setiausaha terlalu gembira dan tiada kata-kata yang dapat diungkapkan, apabila dapat berjumpa semula dengan rakan-rakan setugas setelah berpisah selama 40 tahun.

Sessi seterusnya adalah pengenalan diri setiap PPF BS17 yang hadir. Ada yang petah berkata-kata sehinggakan perlu diberi amaran untuk berhenti untuk memberi peluang kepada yang lain memandangkan masa terlalu mencemburui kami. Dan ada yang pada mulanya tidak tahu apa yang hendak disampaikan, tapi apabila sudah berkata-kata boleh bercakap sampai terpaksa disuruh berhenti. Seronok sungguh melihat telatah rakan-rakan seperjuangan dengan pelbagai telatah. Sungguh menghiburkan.

Pada keseluruhannya “Reunion Penolong Pegawai Farmasi Batch Sweet 17” pada 7.7.17 ini adalah titik pertemuan bagi kumpulan kami sentiasa menjalin silaturahmi yang telah lama terjalin. Setelah berpisah selama 40 tahun, usaha murni begini harus diteruskan menjadi acara tahunan kami. Dan destinasi tahun hadapan adalah Kundasang Sabah.

Dengan izin yang Maha Esa, kami sebulat suara telah bersetuju untuk “Reunion Penolong Pegawai Farmasi Batch Sweet 17 tahun 2018 pada 17.8.18 di Sabah. Kita hanya merancang, yang menentukan adalah yang Maha Berkuasa.

Disediakan oleh : Hjh Khamsiah binti Hj Brahim
Kuching, Sarawak.

LAPORAN BERGAMBAR
"MAJLIS RAMBON (RU) DINNER BATCH SWEET 17"
PENOLONG PEGAWAI FARMASI

