

KELUARGA

Harmoni

SISI SEKS
Jukan Jantina Anak

*gapa Lelaki
Menunda
Ihwinan?*

kus:

Remaja
Lari Dengan
Asing

Ekin
Impi Bahagia Bersama
Mawii'

*Memilih
angan
lop*

*Usir Ketakutan
Untuk Menikah*

*Ketahui Punca
Isteri Nusyuz*

Utusan
Karya
www.utusankarya.com.my

ISSN 1823-1802
9 771823 180057 10

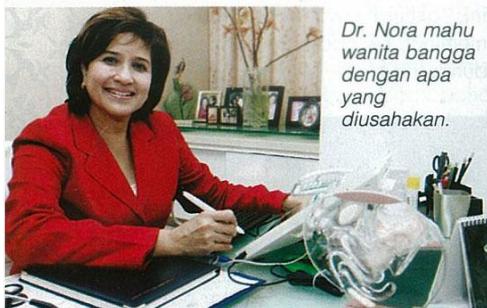



Pemenang
MEI

Desona
De'Wajah Harmoni



PERUBAHAN gaya hidup serta diet masa kini telah memberi kesan terhadap pertahanan tubuh seseorang wanita. Sekarang penyakit tidak lagi mengenal usia, dalam usia awal 20-an sekalipun sudah ada wanita yang terdedah kepada penyakit berbahaya seperti kanser, ketumbuhan, fibroid dan sebagainya. Lebih membimbangkan jika sasarnanya ialah wanita yang belum berumah tangga dan ia sudah pasti menjelaskan kerukunan rumah tangga apabila wanita berkenaan berkahwin.



Dr. Nora mahu wanita bangga dengan apa yang diusahakan.



Wanita yang cukup labah biarpun terpaksa berdepan cabaran sebelum terbinanya PrimaNora.

Pemeriksaan Kesihatan Perlu Buat Pengantin Baru-Datuk Dr. Nor Ashikin

Langkah terbaik ialah dengan membuat persediaan awal terutama bagi mereka yang bakal mendirikan rumah tangga dan bakal bergelar ibu. Menurut pakar Obstetrik & Ginekologi (O&G), Datuk Dr. Nor Asyikin Mokhtar, selain ke salun atau spa, bakal pengantin wajar memasukkan ujian pemeriksaan kesihatan di dalam bajet perkahwinan mereka selepas ini.

"Pengalaman saya sebagai doktor, saya pernah berdepan dengan pasangan yang menghadapi pelbagai masalah selepas berkahwin seperti masalah kesuburan, ada wanita yang mempunyai fibroid, masalah haid dan pelbagai masalah yang tidak dijangka.

"Semua ini boleh diatasi jika kita membuat pemeriksaan awal. Tambahan

pula, sistem reproduktif wanita lebih kompleks berbanding lelaki. Saya akui, kebanyakannya wanita muda yang ingin mendirikan rumah tangga tidak pernah memikirkan soal pemeriksaan kesihatan sebelum menjadi isteri. Ramai yang berbelanja besar dalam soal barang hantaran dan rawatan penjagaan badan serta kecantikan berbanding membuat pemeriksaan kesihatan.

"Perubahan gaya hidup dan diet banyak memberi kesan terhadap pertahanan tubuh seseorang wanita. Sekarang penyakit tidak lagi mengenal usia, jadi adalah lebih baik kita membuat persediaan awal terutama bagi mereka yang bakal mendirikan rumah tangga dan bakal bergelar ibu.

"Sekarang setiap pasangan

diwajibkan membuat ujian HIV, jadi apa salahnya kita membuat pemeriksaan kesihatan secara menyeluruh sebelum berkahwin. Kita sanggup peruntukkan beribu ringgit untuk hantaran termasuk alat solek, pakaian dan sebagainya. Tetapi kita tak pernah pun peruntukkan untuk buat pemeriksaan kesihatan sebagai persediaan untuk berumah tangga," ujar Dr. Nora sambil mencadangkan agar bakal suami menghadiahkan pakej pemeriksaan kesihatan sebagai hadiah hantaran untuk bakal isteri masing-masing.

JANGAN TUNGGU SAAT AKHIR

Apa yang mengecewakan beliau



PrimaNora terbuka kepada semua wanita dari pelbagai lapisan masyarakat.



Impian menubuhkan sebuah pusat perubatan moden dan canggih tercapai.



Eksklusif dan mewah. Pusat perubatan bertaraf lima bintang.



Tetap anggun di usia 50 tahun.



Ruang menunggu yang selesa dan menarik untuk pesakit.

wanita ialah melakukan ujian *ultrasound* untuk mereka yang belum berumah tangga bagi memastikan kesihatan dan sistem peranakan sentiasa baik dan sihat. Berdasarkan pengalaman beliau, ada wanita muda yang mengalami rahim berdarah, ketumbuhan, fibroid, ovarи pecah dan sebagainya.

Bagi wanita yang sudah berumah tangga, mereka boleh membuat ujian pap smear setahun sekali untuk pencegahan kanser servik dan sebagainya. Sementara bagi wanita berusia 30 tahun ke atas, mereka juga digalakkan membuat ujian, *ultrasound*, pap smear dan ujian darah. Manakala bagi wanita 40-an, mereka boleh membuat ujian *ultrasound*, pap smear, ujian darah dan mamogram untuk pencegahan kanser payu dara dan sebagainya. Bagi wanita era menopausa, mereka boleh membuat semua ujian di atas serta pemeriksaan tulang sekali gus.

ialah sikap wanita yang suka membuat pemeriksaan dan merawat penyakit di saat-saat akhir. Saranannya agar setiap wanita membuat pemeriksaan kesihatan sekurang-kurangnya setahun sekali.

"Jadikan ia hadiah hari jadi untuk setiap tahun. Daripada membeli hadiah lain, buat ujian kesihatan sempena ulang tahun kelahiran kita pada hari istimewa itu. Bermula usia 16 tahun tak kira sudah berkahwin atau belum, jadikan ia amalan hidup anda.

Ujian yang disarankan untuk setiap

tangga. Katanya, beliau dan suami, Prof. Datuk Dr. Aminuddin Ahmad mendirikan rumah tangga dan mempunyai zuriat pertama ketika masih menuntut dalam bidang perubatan.

"Kelahiran anak sulung memang satu cabaran besar. Masa tu saya dan suami masih menuntut di bidang perubatan, jadi bayangan kami berkongsi wang biasiswa sebanyak RM350 seorang untuk menyara hidup bertiga.

Semasa belajar, kami terpaksa bergilir-gilir menjaganya, pernah juga mencuri-curi seludup baby ke bilik asrama.

"Lebih mengharukan seminggu lepas bersalin, saya sudah berjalan ke bilik kuliah. Ibu saya sendiri pernah menangis, pada mulanya dia marah dan katanya saya tak akan berjaya. Kata-katanya itu membakar semangat agar saya lebih kuat dan cekal. Saya tak menyesal, saya percaya anak merupakan rezeki saya dan suami kerana berkahwin awal," ujar Dr. Nora yang dikurniakan lima cahaya mata hasil perkongsian hidup selama 28 tahun bersama Profesor Datuk Dr. Aminuddin Ahmad. Lebih membanggakan dua daripada cahaya matanya terlibat dalam dunia perubatan bagi mewarisi legasi profesion pasangan bahagia ini.

PRIMANORA HADIAH UNTUK SEMUA WANITA

Kini, tanggungjawab Dr. Nora semakin besar setelah mempunyai pusat kesihatan sehenti yang dikenali PrimaNora Medical Centre yang terletak di TTDI Plaza, Taman Tun Dr. Ismail, Kuala Lumpur. PrimaNora yang mula beroperasi pada Disember 2007

BERKAHWIN KETIKA MASIH MENUNTUT

Ditanya mengenai kenangan manis dalam perkahwinannya, Dr. Nora mengakui beliau pernah melalui tempoh sukar sewaktu menempuh alam rumah



Saat manis ketika bersama anak-anak.

ini bukan calang-calang pusat perubatan tetapi bertaraf lima bintang dari segi perkhidmatan dan kemudahan teknologi perubatan yang disediakan.

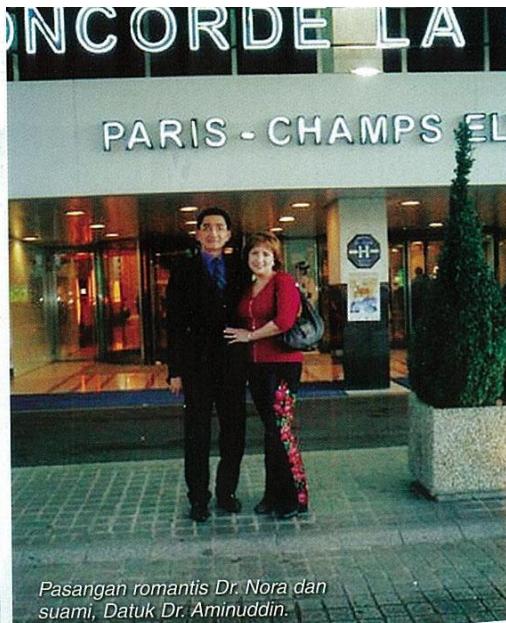
PrimaNora jauh berbeza daripada kebiasaan sebuah pusat kesihatan mahupun hospital. Di sana, tidak ada gambaran ia sebuah klinik perubatan apatah lagi bau ubat-ubatan. Sesiapa sahaja yang pertama kali ke sana pasti akan terpukau dengan konsep dekorasi PrimaNora yang menarik dan menenangkan.

"Ia diilhamkan sebegini kerana saya ingin menuahkan pusat kesihatan yang lain daripada yang lain. Apa yang pasti, saya mahu lari daripada kebiasaan yang ada dan memberi yang lebih baik untuk kemudahan wanita yang berkunjung ke PrimaNora. Selain merawat, PrimaNora adalah terapi sihat yang menenangkan pesakit. Sebab itu, kita mahu pesakit rasa selesa, selamat dan lebih sihat dengan persekitarannya," ujar penggemar bunga lili yang turut menjadi lambang dan perhiasan di pusat perubatan itu.

PrimaNora adalah pusat kesihatan untuk semua wanita dan keluarga tanpa mengira status atau taraf pendapatan mereka.

"Kita di sini menyediakan kemudahan untuk setiap permasalahan kesihatan tanpa mereka perlu ke tempat lain. Kita ada 27 doktor pakar dalam pelbagai bidang yang khusus termasuk soal kesuburan, kanser, O&G, kulit, kecantikan estetik, jantung dan banyak lagi."

"Sesuatu yang istimewa di sini ialah anda boleh menemui ramai doktor



Pasangan romantis Dr. Nora dan suami, Datuk Dr. Aminuddin.



Poses menarik di bilik VIP bertemakan merah putih.

pakar wanita dari pelbagai hospital pakar di seluruh negara," terang beliau yang juga merupakan salah seorang pakar dalam O&G terkenal di Malaysia.

SEBAHAGIAN DARIPADA AMAL IBADAH

Jika digambarkan keperibadiannya, wanita ini cukup mulia hatinya, biarpun mampu hidup senang-senang dengan apa yang telah dimiliki hari ini, namun beliau masih tetap ingin lakukan sesuatu untuk masyarakat. Katanya, selagi hayat dikandung badan, beliau ingin terus menyumbangkan sesuatu untuk masyarakat khususnya kaum wanita di negara ini.

"Ini adalah sebahagian amal ibadah... saya hanya ingin berkongsi kepakaran sebagai tanda kesyukuran kerana Allah s.w.t. telah beri saya ilmu. Jadi, saya ingin sumbangkan sesuatu dan insya-Allah kalau diberikan kesihatan yang baik dan rezeki yang

murah, saya akan terus sumbangkan sesuatu untuk masyarakat," azam Dr. Nora mengenai prinsip hidupnya itu.

Menurut Dr. Nora, kewujudan PrimaNora cukup bermakna sepanjang penglibatannya dalam bidang perubatan. Selain lambang kerja kerasnya selama ini, PrimaNora seperti yang diharapkannya dapat menjadi satu platform untuk membantu serta meningkatkan kesedaran wanita terhadap penjagaan kesihatan.

"Di sini kita menyediakan perkhidmatan kesihatan dari hujung kaki hingga hujung rambut... dari janin di dalam kandungan hingga kepada usia menopaus. Objektif kami di sini ialah untuk menjadikan ia one stop centre untuk pengurusan penyakit, healthy aging, diagnosis sehingga cabang kecantikan yang cukup sinonim dengan wanita," terang Dr. Nora yang cukup prihatin soal penjagaan kecantikan secara sihat di hari tua. H

PRIMANORA
MEDICAL CENTRE



PrimaNora direka khusus untuk wanita masa kini.