



Persiap fizikal, mental hadapi fenomena gelombang haba

Oleh Dr Haliza Abdul Rahman - Julai 21, 2023 @ 10:54am
bhrencana@bh.com.my

Malaysia kini berdepan fenomena gelombang haba melalui peningkatan suhu persekitaran ekstrem dan secara relatifnya mengalami kekurangan taburan hujan akibat pengaruh El Nino.

Pertubuhan Meteorologi Dunia (WMO) melaporkan corak iklim global berpotensi berubah dengan kehadiran El Nino, iaitu sebanyak 60 peratus antara Mei dengan Julai, seterusnya meningkat hingga 80 peratus pada akhir September.

Saintis iklim, Dr Nick Dunstone menggunakan permodelan iklim untuk meramal suhu global menegaskan, pada 2023 suhu global akan lebih panas dan dianggap antara terburuk dalam rekod dunia.

Pemanasan global memburukkan lagi keadaan cuaca, dengan banyak negara turut merekodkan rekod suhu tinggi. Natiujahnya, kekerapan dan cuaca buruk semakin meningkat di seluruh dunia adalah kesan perubahan iklim, diburukkan lagi perbuatan manusia.

Pada Mei lalu, Pertubuhan Bangsa-Bangsa Bersatu (PBB) memberi amaran 2023-2027 hampir pasti akan menjadi tempoh lima tahun paling panas pernah direkodkan kerana kesan gas rumah hijau dan El Nino bergabung mengakibatkan peningkatan suhu.

PBB dan Palang Merah Antarabangsa menegaskan gelombang haba lebih ekstrem bakal melanda beberapa rantau tertentu di dunia untuk dekad akan datang, sehingga boleh mengakibatkan banyak kawasan atau wilayah tidak boleh dihuni manusia.

WMO turut memberi amaran El Nino akan meningkatkan kemungkinan memecahkan rekod suhu dan mencetuskan panas melampau di kebanyakan bahagian dunia serta di lautan.

Lebih membimbangkan, jerebu dan pencemaran udara sering dikaitkan kebakaran hutan lazimnya berlaku di negara Asia Tenggara, kini turut dirasai di Barat termasuk negara Nordic yang iklimnya lebih sejuk.

Jabatan Meteorologi United Kingdom (UK) juga memberi amaran, Eropah bakal dilanda gelombang haba ekstrem mencecah suhu 50 darjah Celsius setiap tiga tahun, sekiranya pelepasan gas rumah hijau masih meningkat.

WMO dan Pejabat PBB untuk Pengurangan Risiko Bencana (UNDRR) menjelaskan perubahan iklim serta kejadian cuaca semakin melampau menyebabkan lonjakan dalam bencana alam sejak 50 tahun lalu.

Peristiwa cuaca dikaitkan perubahan iklim membawa kesengsaraan kepada berjuta-juta orang di seluruh dunia. Krisis iklim kini sudah menjejaskan setiap rantau di planet ini.

Kenaikan suhu bumi lebih 1.5 darjah Celsius atau pun lebih separuh darjah sahaja akan memburukkan risiko bencana alam kemarau, banjir, gelombang haba, kekurangan makanan dan kemiskinan kepada ratusan juta manusia di seluruh dunia, terutama di kawasan rendah, delta, tepian sungai, pesisir pantai dan pulau.

Lantaran itu, kerajaan di seluruh dunia digesa menggerakkan persediaan bagi mengehadkan kesan terhadap kesihatan rakyat, ekosistem dan ekonomi.

Apatah lagi dunia menyaksikan Jun sebagai bulan paling panas pernah direkodkan, iaitu lebih 0.5 darjah Celsius di atas purata antara 1991 hingga 2020, melebihi Jun 2019 dan rekod sebelumnya dengan margin besar.

Di seluruh hemisfera utara, musim panas bermula dengan keadaan cuaca panas melampau, kebakaran besar di Kanada sehingga kemarau di Sepanyol.

Eropah Utara yang terkenal dengan iklimnya sederhana pula mengalami musim bunga kering tidak dijangka dan musim panas awal, dengan pakar memberi amaran mengenai risiko tinggi kebakaran hutan seperti melanda tengah Sweden pada 2018 dan memusnahkan kira-kira 25,000 hektar hutan.

Di Amerika Syarikat (AS), lebih 61 juta rakyatnya berada di bawah amaran haba dengan suhu di Arizona dan Nevada mencecah sekitar 54.4 darjah Celsius.

Gelombang haba berpanjangan juga terus mencengkam bahagian Selatan AS dengan suhu tinggi meningkat melebihi 38 darjah Celsius, termasuk Chicago yang berdepan ancaman kualiti udara tercemar akibat kebakaran hutan.

Penyakit berkaitan haba

Selain kematian, impak berkaitan adalah strok haba diikuti dehidrasi. Hakikatnya, semua individu terdedah kepada cuaca panas berisiko mengalami penyakit berkaitan haba.

Pendedahan kepada cuaca panas dan gelombang haba boleh menyebabkan kesan kesihatan ringan seperti kesan terbakar dan ruam. Sekiranya pendedahan kepada cuaca panas diikuti dengan kehilangan air badan banyak, ia boleh menyebabkan kesan lebih teruk seperti kejang otot dan kelesuan haba.

Peringkat paling teruk ialah apabila sistem badan gagal mengawal suhu badan menyebabkan peningkatan suhu badan tinggi sehingga terjadinya strok haba.

Strok haba adalah satu keadaan kecemasan perubatan yang perlu dirawat dengan segera bagi mengelakkan komplikasi dan kematian. Pada 2022, lebih 61,000 orang meninggal dunia akibat haba ekstrem ketika musim panas, terutama di benua Eropah.

Gelombang haba ekstrem amat berkait rapat dengan pemanasan global dipacu aktiviti manusia seperti pelepasan gas rumah hijau ke atmosfera bumi.

Selain gangguan kepada kesihatan manusia, gelombang haba berpotensi menyebabkan jerebu, kebakaran hutan, krisis kekurangan bekalan air bersih, pengurangan keluaran pertanian, kerosakan langsung infrastruktur, gangguan bekalan elektrik, penurunan produktiviti pekerja khususnya dalam sektor pembinaan dan pertanian, serta kematian haiwan.

Sementara itu, Pertubuhan Buruh Antarabangsa (ILO) menyifatkan gelombang haba menyebabkan kehilangan produktiviti pekerja secara global sebanyak 2.2 peratus dan setara dengan kehilangan 80 juta pekerja sepenuh masa menjelang 2030, dengan kerugian mencecah AS\$2.4 trilion (RM10.68 trilion).

Setiausaha Agung WMO, Prof Petteri Taalas menegaskan fenomena gelombang haba akan menjadi norma baharu dalam kehidupan masyarakat dunia.

Maka, saintis mendesak terdapat keperluan mengurangkan pelepasan karbon sehingga angka sifar pada peringkat global pada 2050 bagi mengelakkan suhu meningkat 1.5 darjah Celcius serta kesan buruk akibat perubahan iklim.

Justeru, semua negara mesti mengambil langkah segera dalam menangani situasi ini, antaranya segera mengurangkan pelepasan gas rumah hijau dengan melabur dalam peralihan tenaga boleh diperbaharui.

Masyarakat global juga digesa membuat persiapan sewajarnya dari segi fizikal dan mental dalam menghadapi pelbagai ketidaktentuan rentetan fenomena gelombang haba ekstrem ini supaya segala impak negatif dapat diminimumkan.

Penulis adalah Profesor Madya di Fakulti Perubatan dan Sains Kesihatan dan Institut Pengajian Sains Sosial, Universiti Putra Malaysia (UPM)