



Perubatan Siddha: Menghormati warisan, mengutamakan bukti

🕒 14/09/2026 | 11:54 AM - 👁 38 - 📄 PERSPEKTIF



Foto hiasan RTM

SAUDARA PENGARANG

RINGKASAN BERITA AI

Hormati warisan Siddha tetapi utamakan bukti saintifik untuk keselamatan dan keberkesanan rawatan.

Utamakan pencegahan melalui pemakanan seimbang, aktiviti fizikal dan tidur mencukupi sebagai asas kesihatan.

Semak dakwaan dan sumber produk tradisional, maklumkan doktor serta elakkan gangguan ubat atau bahan berbahaya.

Di sebuah rumah, sebotol minyak herba mungkin disimpan bersebelahan ubat moden. Apabila sakit sendi datang atau tubuh terasa tidak selesa, ada yang memilih sapuan tradisional, sementara yang lain mendapatkan rawatan di klinik.

Situasi ini menggambarkan realiti yang dekat dengan masyarakat. Walaupun perubatan moden berkembang pesat, amalan tradisional masih menjadi sebahagian daripada kehidupan sesetengah keluarga, sama ada kerana diwarisi turun-temurun atau dianggap membantu menjaga kesihatan.

Antara sistem perubatan tradisional yang telah diamalkan sejak berabad-abad ialah perubatan Siddha. Berasal terutama dari India Selatan dan berkait rapat dengan warisan Tamil, Siddha berkembang melalui pengetahuan para Siddhar, iaitu tokoh tradisional yang mempelajari tubuh manusia, tumbuhan, makanan, alam dan cara hidup sihat.

Namun, persoalan yang lebih penting hari ini bukan sekadar sama ada tradisi ini perlu dikekalkan. Persoalannya ialah bagaimana kita menghormati ilmu lama tanpa mengabaikan bukti saintifik dan keselamatan kesihatan.

DISYORKAN

"Ada soalan?" Mengapa dewan kuliah masih sunyi

BPRM SPRM memelihara kerahsiaan dan integriti maklumat

Warisan bersejarah sebagai pemangkin kegembiraan

Helo! Tanyakan apa sahaja kepada saya.

Penipu siber godam emosi melalui bahasa

MS

Dalam tradisi Siddha, kesihatan dikaitkan dengan keseimbangan beberapa fungsi tubuh yang dikenali sebagai Vatham, Pitham dan Kapham. Secara tradisional, ketiga-tiganya dikaitkan dengan pergerakan tubuh, pencernaan dan metabolisme serta kekuatan dan kestabilan.

Siddha turut mengaitkan tubuh manusia dengan lima unsur alam, iaitu tanah, air, api, udara dan ruang. Konsep ini mencerminkan cara masyarakat terdahulu memahami hubungan antara manusia, kesihatan dan persekitaran.

Dalam pemeriksaan tradisional, pengamal Siddha boleh menilai nadi atau Naadi, selain memerhatikan lidah, mata, kulit dan beberapa tanda tubuh. Mereka juga mungkin bertanya tentang pemakanan, tidur, aktiviti harian serta gejala yang dialami.

Namun, pemeriksaan tersebut tidak sama dengan kaedah diagnosis perubatan moden. Ujian darah, X-ray, imbasan dan pemeriksaan makmal memberikan maklumat yang berbeza mengenai keadaan tubuh. Oleh itu, seseorang yang mengalami gejala serius tidak seharusnya bergantung kepada pemeriksaan tradisional semata-mata sehingga melambatkan rawatan yang diperlukan.

Satu perkara yang menarik tentang Siddha ialah penekanannya terhadap makanan dan gaya hidup. Kesihatan tidak hanya diberi perhatian apabila seseorang jatuh sakit. Cara makan, tidur, bergerak dan menjaga kebersihan turut dianggap penting.

Mengapa perkara ini masih relevan hari ini? Kerana banyak masalah kesihatan moden juga berkait rapat dengan gaya hidup. Pemakanan tidak seimbang, kurang aktiviti fizikal dan rehat yang tidak mencukupi boleh mempengaruhi kesihatan seseorang.

Justeru, nasihat seperti mengambil makanan seimbang, makan lebih banyak buah dan sayur, mengurangkan gula serta garam berlebihan, kekal aktif dan mendapatkan tidur mencukupi masih mempunyai nilai praktikal. Dalam hal ini, tradisi mengingatkan kita bahawa menjaga kesihatan perlu bermula sebelum penyakit muncul.

Namun, masyarakat juga perlu memahami bahawa perkataan "tradisional" atau "semula jadi" tidak semestinya bermaksud sesuatu produk itu sentiasa selamat.

Siddha menggunakan pelbagai bahan semula jadi, khususnya tumbuhan perubatan. Daun, akar, bunga, buah, biji dan kulit tumbuhan boleh diproses menjadi serbuk, pil atau tablet, minuman, minyak, pes dan rebusan.

Sesetengah persediaan tradisional juga menggunakan mineral atau logam yang diproses mengikut kaedah tertentu. Di sinilah soal keselamatan menjadi penting. Jika sesuatu bahan disediakan secara tidak betul, kandungannya tidak diketahui atau dosnya tidak sesuai, ia boleh memberi kesan yang tidak diingini kepada tubuh.

Malah, herba juga boleh berinteraksi dengan ubat yang diberikan doktor. Dalam keadaan tertentu, ia boleh mempengaruhi tindakan ubat atau memberi kesan kepada organ seperti hati dan buah pinggang.

Golongan seperti wanita hamil atau menyusukan anak, kanak-kanak, warga emas serta individu yang mempunyai penyakit kronik atau mengambil ubat secara tetap perlu lebih berhati-hati. Penggunaan produk tradisional sebaiknya dimaklumkan kepada doktor atau profesional kesihatan yang merawat mereka.

Perubatan Siddha secara tradisional digunakan bagi pelbagai masalah kesihatan, termasuk masalah kulit, sendi, pencernaan dan pernafasan. Namun, penggunaan yang telah lama diamalkan tidak dengan sendirinya membuktikan bahawa setiap rawatan berkesan untuk semua orang.

Contohnya, sesuatu bahan mungkin menunjukkan kesan tertentu apabila diuji di makmal. Tetapi tubuh manusia jauh lebih kompleks daripada eksperimen makmal. Untuk mengetahui sama ada sesuatu rawatan benar-benar membantu manusia, penyelidik masih perlu mengkaji kesannya kepada pesakit, dos yang sesuai serta kemungkinan kesan sampingan.

Inilah peranan sains moden. Ia tidak semestinya menolak pengetahuan tradisional, sebaliknya, ia membantu kita memahami lebih mendalam tentang rawatan tradisional. Helo! Tanyakan apa sahaja kepada saya.

antara rawatan yang berpotensi bermanfaat dengan dakwaan yang belum mempunyai bukti mencukupi.

Pengetahuan tradisional boleh menjadi titik permulaan kepada penyelidikan. Jika sesuatu tumbuhan telah digunakan sejak sekian lama, saintis boleh mengkaji kandungannya, mengenal pasti bahan aktif dan menilai keselamatannya. 

Bagi masyarakat pula, beberapa langkah mudah boleh diamalkan. Semak dakwaan sesuatu produk terutama jika dikatakan mampu menyembuhkan pelbagai penyakit. Maklumkan kepada doktor jika mengambil ubat herba atau tradisional. Jangan hentikan rawatan bagi penyakit serius tanpa nasihat profesional.

Pastikan produk diperoleh daripada sumber yang boleh dipercayai dan elakkan anggapan bahawa semua yang semula jadi pasti selamat.

Warisan perubatan Siddha mempunyai nilai budaya dan sejarah yang wajar dikenali. Menghargai warisan ini tidak bermaksud kita perlu menerima setiap dakwaan tanpa persoalan, sama seperti menggunakan sains moden tidak bermaksud kita perlu menolak segala pengetahuan lama.

Pendekatan yang lebih bijak ialah menemukan titik pertemuan antara kedua-duanya. Tradisi boleh memberi kita pengalaman dan khazanah pengetahuan, manakala sains membantu menguji manfaat serta risikonya.

Akhirnya, matlamatnya tetap sama: memastikan masyarakat membuat keputusan kesihatan yang lebih selamat. Hormati tradisi, nilai bukti dan letakkan keselamatan sebagai keutamaan.

Artikel ini merupakan pandangan peribadi penulis dan tidak semestinya mewakili pandangan mahu pun pendirian rasmi RTM.

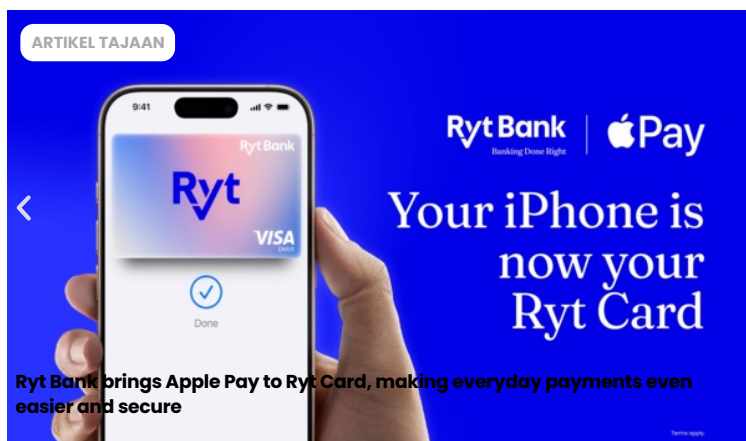


Prof Dr Sirajudeen Kuttulebbai Naina Mohamed Salam
Pensyarah Biokimia
Jabatan Sains Perubatan Asas
Kulliyah Perubatan
Universiti Islam Antarabangsa Malaysia (UIAM)



Antara teknologi dan amanah, masa depan animasi 2D dengan AI

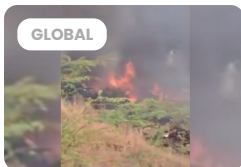
Usahawan desa bukan pemain kecil ekonomi negara



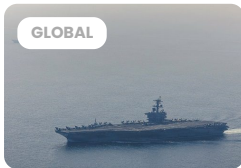
Helo! Tanyakan apa sahaja kepada saya.

PALING POPULAR

Jet peribadi terhempas, timbalan menteri dan empat maut



Iran berjaya bedil USS Abraham Lincoln



KATA KUNCI

india perubatan warisan

BERITA TERKINI



Belanjawan 2027: Belia pemacu ekonomi negara

9 Oktober 2026 3:02 pm



"Ada soalan?" Mengapa dewan kuliah masih sunyi

9 Oktober 2026 2:46 pm



PM tunai solat Jumaat bersama 4,000 jemaah d...

9 Oktober 2026 2:38 pm



Lelaki cedera ditembak polis di Johor Bahru

9 Oktober 2026 2:29 pm



Kadar pengangguran negara turun kepada 2.9...

9 Oktober 2026 2:07 pm



Kawasan panas kebakaran hutan...

9 Oktober 2026 1:49 pm



Jualan perdagangan borong dan runcit...

9 Oktober 2026 1:46 pm



Helo! Tanyakan apa sahaja kepada saya.



JSJN rampas dadah bernilai RM25.8 juta...

9 Oktober 2026 1:07 pm

MS



UMT-Maritim Malaysia perkukuh sinergi ilmu...

9 Oktober 2026 1:00 pm



Sindiket dadah: Jet persendirian jadi taktik...

9 Oktober 2026 12:55 pm

MESTI BACA



Belanjawan 2027: Menggapai lebih tinggi...

9 Oktober 2026 8:35 am



Kapten tempur Israel mati di Lubnan

9 Oktober 2026 5:46 am



JAKIM arah tutup premis KAFA jika IPU melebihi 180

9 Oktober 2026 5:08 am



Jerebu: Sekolah di enam negeri ditutup pada...

8 Oktober 2026 11:04 pm



PM zahir simpati mendalam kepada...

8 Oktober 2026 10:22 pm



Berita Ehwal Semasa

Berita RTM, Wisma Berita,
Angkasapuri Kota Media,
50614 Kuala Lumpur



☎ : +60322823119

✉ : portalberita@rtm.gov.my

✉ : Aduan & Maklum balas



Hak Cipta Terpelihara © 2026 Radio Televisyen Malaysia, Berita Ehwal Semasa (BES)

Hak Cipta | Penafian | Polisi Keselamatan

Helo! Tanyakan apa sahaja kepada saya.

Pihak Portal Berita RTM tidak bertanggungjawab terhadap sebarang kehilangan atau kerosakan yang dialami kerana menggunakan maklumat dalam laman ini.