



Praktis Pengukuhan **Bab 10**

Isi tempat kosong dengan jawapan yang betul.
Fill in the blanks with the correct answers.

10.1 Perubatan Tradisional, Perubatan Moden dan Perubatan Komplementari Traditional Medicine, Modern Medicine and Complementary Medicine

1. Lengkapkan jadual di bawah.
Complete the table below.

	Jenis perubatan Types of medicine	Ciri-ciri Characteristics
(a)	Perubatan tradisional Traditional medicine	(i) Rawatan menggunakan bahan _____ seperti tumbuhan dan haiwan. Treatment using _____ substances such as plants and animals. (ii) Keberkesanan rawatan adalah _____. Effectiveness of the treatment is _____. (iii) Keberkesanan dibukti secara _____. Effectiveness proven with _____. (iv) Kos rawatan _____. _____ treatment cost.
(b)	Perubatan moden Modern medicine	(i) Rawatan menggunakan ubat-ubatan _____. Treatment using _____ medicine. (ii) Rawatan adalah lebih berkesan dan _____. The treatment is effective and _____. (iii) Keberkesanan dibukti secara _____. _____ tested. (iv) Kos rawatan _____. _____ treatment cost.
(c)	Perubatan komplementari Complementary medicine	(i) Rawatan digunakan bersama dengan _____. Contohnya akupunktur diguna untuk membantu kesan sampingan rawatan kanser. Treatment used together with _____. For examples, using acupuncture to help with side effects of cancer treatment. (ii) Perubatan _____ digunakan untuk menggantikan perubatan standard. _____ medicine is used in place of standard medicine.

10.2 Radikal Bebas Free Radical

2. Radikal bebas merupakan atom atau molekul yang mempunyai satu elektron yang _____ di petala terluarnya. Elektron ini menyebabkan atom dan molekul itu _____, reaktif dan cenderung untuk menyerang atom atau molekul lain yang stabil.
Free radicals are atoms or molecules that contain single _____ electron in an outer orbit. The electron causes the atoms or molecules to be _____, reactive and tend to attack other atoms or molecules which are stable.

3. Kesan radikal bebas ke atas badan kita:
The effect of free radicals toward our body:

- (a) _____
(b) _____
(c) _____
(d) _____

10.3 Bahan Antioksidan

Antioxidant Substances

4. Bahan antioksidan merupakan bahan yang melindungi sel daripada kesan _____.
Antioxidant substances are substances that protect cells against the effect of _____.
5. Antioksidan bebas mempunyai _____ untuk berkongsi, jadi bahan ini memberikan satu atau lebih _____ kepada radikal bebas.
Free antioxidants have _____ to share, so they give one or more of their _____ to the free radicals.

10.4 Produk Kesihatan

Health Products

6. Bahan aktif ialah komponen-komponen tertentu di dalam suatu produk kesihatan yang mempunyai kesan terhadap _____ atau _____ penyakit.
Active ingredients are particular components of a product that have an effect on the _____ or _____ of a disease.