

(八打灵再也 16 日讯)
你的肾脏 OK 吗？

适逢一年一度的世界肾脏日，马来西亚肾脏协会、马来西亚肾脏基金会及卫生部第三度联合主办，今年以“惊奇肾脏”（Amazing Kidneys）为主题，更打出“你的肾脏 OK 吗？”的标语，目的是让广大的民众认识肾脏的功能及了解其重要性，尤其是推广如何预防肾脏疾病。

主办单位在星期日清早举办一项义走运动，共有 232 名肾脏病患及公众人士参与义走运动。

义走活动除了推广健康意识，同时为马来西亚肾脏基金会筹募义款。

灵市休闲中心举行

徒步运动是在八打灵再也休闲中心举行，参与徒步运动病患者来自巴生谷一带的医院及洗肾中心的病患，他们包括血液透析病患、腹膜透析病患及肾脏移植病患。

今届徒步运动是首次公开给公众，他们只需支付的 20 令吉登记费即可参加，所得全数捐献给基金会，截至

肾脏协会三度联办 232 病患公众义走

上午 10 时，举办当局已筹获 3 万令吉。

当日，肾脏病患以及公众分别在再也休闲中心徒步 2 公里及 4 公里。对于病患来说，尽管徒步 2 公里是一项相当艰难的事，不过，参与者皆坚持到底成功完成全程，精神可嘉。

传达预防胜于治疗

马来西亚肾脏基金会副

主席扎奇在会上指出，随着大马肾脏病率逐渐增加，公众人士需要提高警惕，避免患上疾病。

他指出，肾脏病可增加生活负担，因此，举办当局要传达的讯息是“预防胜于治疗”，公众应该定时做健康检查，同时多做运动。

他呼吁公众经常自我提问“你的肾脏 OK 吗？”，以提醒自己注意健康。



●不分男女老少一起为慈善而行，齐齐推广肾脏醒觉运动。

配合世界肾脏日，举办当局也在 Amcorp Mall 举办一连串的醒觉运动，其中包括身体检查、展览以及幸运

抽奖等。

马来西亚肾脏基金会执行总裁胡荣峻也列席及参与徒步运动。



●扎奇（左）主持挥旗仪式。