

腎臟保健醒覺運動

230人義走鬧哄哄

马来西亚肾脏基金会强调教育公众对于肾脏保健，以期减少病发率。人们越快对肾脏保健有所醒觉，他们将能更好照顾自己的肾脏。



义务帮忙马来西亚肾脏基金会的钟勤和（75岁）表示，由于他想做些慈善工作，所以他负责在现场教导参赛者跳韵律操。



义走开始前，参赛者一起做热身。



胡荣峻（左）颁赠纪念品予查基莫勒医生。

（八打灵再也16日讯）配合3月13日世界肾脏日而在本周日举办的“称奇的肾脏”义走活动吸引230人参与，场面热闹。

义走活动是今早7时在灵市再也花园举行，参与者分别来自巴生河流域各大医院和洗肾中心肾脏病患、腹膜透析病患、肾脏移植病患、马来西亚肾脏基金会工作人员与公众人士。

为基金会筹3万

由马来西亚肾脏协会、马来西亚肾脏基金会和卫生部联办的义走活动已连续3年举行，旨在唤醒公众关注和保健肾脏，并教育公众有关肾脏病是可预防治疗的。

马来西亚肾脏基金会主席奇尔医生说，义走活动为基金会筹获3万令吉的筹款。

他说，该基金会强调教育公众对于肾脏保健，以期减少病发率。人们越快对肾脏保健有所醒觉，他们将能更好照顾自己的肾脏。

与此同时，该会副主席拿督查基莫勒医生表示，虽然肾脏病可造成严重的后果，但可以有有效的预防和治疗。

“公众如果领悟这点，就可以开始采取积极的措施来保护他们的肾脏，已避免肾脏的受损及恶化。”

有关系列活动也在Amcorp广场举行，如肾脏保健护理展览、多种语言的健康讲座、进行健康检查和儿童绘画比赛，吸引公众参观和了解。



参赛者在义走的过程时有说有笑，他们都乐在其中。



拉米斯 (33岁) 接受洗肾已10年，他觉得义走的活动有益身心，也可提高公众对肾脏照顾的醒觉。他参与此活动是因为让自己运动及会见一些朋友，很少运动的他觉得义走很辛苦，不过，最终他还是完成了整个义走。



若詩娜 指出，虽然已过着11年洗肾的生活，但完成2公里的义走只是轻而易举的事情。“我们一家人都一起参与此活动，因为我们认为这活动非常有意义，而且还可以享受整个义走的过程。”



李振和 (50岁) 指出，他在1991年发现患上肾脏病，但在1996年7月27日成功接受器官移植手术。他表示，动了手术之后，重新点燃了他的生命火花，现在已过着正常人的生活。“值得一提的是，我也在1999年考取博大年工商科硕士的文凭。”他呼吁40至50岁的人士须定期做健康检查，多做运动以及注意饮食习惯。

須定期做健康檢查

接受腎臟移植