



ORANG ramai pelbagai peringkat usia menyertai Family Walkathon 2016 sempena Hari Buah Pinggang Sedunia di Taman Metropolitan Kepong, baru-baru ini.



AKSI badut menghasilkan belon menarik perhatian kanak-kanak.



KANAK-KANAK seronok bermain permainan yang disediakan.



AZMAN menyempurnakan pelepasan Famili Walkathon 2016.

Berjalan bersama keluarga demi buah pinggang

BERSEMPENA Hari Buah Pinggang Sedunia baru-baru ini, Yayasan Buah Pinggang Kebangsaan telah menganjurkan Walkathon Keluarga di Taman Metropolitan, Kepong, Kuala Lumpur dengan penuh kemeriahan.

Sejak awal pagi, seramai 1,600 orang pelbagai peringkat usia membanjiri taman tersebut untuk menyertai program peringkat kebangsaan itu. Ia juga dianjurkan dengan kerjasama Malaysian Society of Nephrology dan Kementerian Kesihatan.

Meliputi jarak 3.5 kilometer, aktiviti berkenaan menyaksikan para ibu bapa berjalan kaki bersama-sama anak-anak mengelilingi taman tasik itu

sebagai kesedaran menjaga kesihatan buah pinggang. Pelepasan aktiviti berjalan kaki itu disempurnakan oleh Pengarah Bahagian Perkembangan Perubatan, Kementerian Kesihatan, Datuk Dr. Azman Abu Bakar.

Bersesuaian dengan tema sambutan Hari Buah Pinggang Sedunia tahun ini, *Kanak-kanak dan Penyakit Buah Pinggang, Bertindak Awal Untuk Mencegahnya*, program bersifat kekeluargaan itu ternyata mencapai matlamatnya.

Gaya hidup sihat

Azman dalam ucapannya berkata, ramai yang tidak mengetahui bahawa penyakit buah pinggang boleh berlaku dalam kalangan kanak-kanak.

Menurutnya, penyakit buah pinggang mampu menyerang kanak-kanak atas beberapa sebab misalnya melalui jangkitan kuman



ORANG ramai mengambil peluang untuk merakamkan gambar bersama figura Doraemon.

seperti demam denggi, cirit-birit atau mempunyai latar belakang keluarga berpenyakit kencing manis dan darah tinggi.

"Terdapat perbezaan antara penyakit buah pinggang kanak-kanak dan orang dewasa. Hampir 32,000 orang dewasa menerima rawatan dialisis di seluruh Malaysia dan sebanyak 50 peratus daripada mereka adalah penghidap kencing manis. Kegagalan buah pinggang akibat kencing manis adalah jarang sekali berlaku dalam kalangan kanak-kanak.

"Walaupun begitu, pemilihan makanan yang seimbang dan mengamalkan gaya hidup sihat perlu diterapkan semasa kanak-kanak lagi bagi mencegah terjadinya penyakit-penyakit seperti kencing manis dan darah tinggi yang boleh mengakibatkan kegagalan buah pinggang semasa dewasa kelak.

"Ibu bapa perlu memainkan

peranan yang lebih aktif untuk mencorakkan pemakanan anak-anak bagi mengelakkan generasi yang gemuk dan berpenyakit pada masa akan datang," katanya.

Sambutan

Sementara itu, Ketua Pegawai Eksekutif Yayasan Buah Pinggang Kebangsaan, Chua Hong Nee berkata, pihaknya tidak menjangka mendapat sambutan yang begitu memberangsangkan daripada orang ramai menyertai walkathon tersebut.

"Kita tidak sangka penyertaan sehingga 1,600 orang, sedangkan kami jangka cuma 1,200 orang.

"Hari Buah Pinggang Sedunia jatuh pada Khamis kedua pada bulan Mac tetapi kita memutuskan untuk membuat sambutan ini pada hari minggu. Kita semua berkumpul hari ini dalam usaha untuk meningkatkan kesedaran tentang penjagaan buah pinggang," katanya.

Dalam pada itu, selain walkathon, pelbagai acara bersifat pengisian kekeluargaan turut diadakan seperti aktiviti mewarna, permainan dan pemeriksaan kesihatan percuma.

Seorang peserta dari Kepong, Faridah Mohd. Dihan, 37, yang merupakan seorang pereka grafik hadir bersama suami dan tiga anak mereka yang berumur 4, 6 dan 8 tahun.

Menurutnya, program itu memberi ruang kepada ibu bapa untuk melakukan aktiviti bersama anak-anak di samping meningkatkan kesedaran tentang kesihatan buah pinggang.

"Anak-anak sangat teruja untuk menyertainya, senang sahaja untuk membuat mereka bangkit daripada tidur pada hari program itu.

"Kami tinggal di Kepong dan sebelum ini kami selalu ke taman itu, tetapi sekadar tengok air tasik. Kali ini kami datang dan pusing satu tasik. Tidak terasa penat apabila berjalan beramai-ramai," katanya.

Menurutnya, program ini berjaya mencapai matlamatnya dalam meningkatkan kesedaran terhadap kesihatan buah pinggang.

"Pameran yang dijalankan memberikan banyak informasi yang dapat membantu kita lebih memahami tentang masalah buah pinggang. Suami saya turut mengikuti pemeriksaan kesihatan yang diadakan," katanya.



FARIDAH

KANAK-KANAK ini tersenyum ketika merakamkan gambar bersama figura Snow White dan Frozen.



MASKOT buah pinggang turut menjadi tarikan kepada pengunjung.