

Gaya hidup sihat untuk ginjal si kecil

Biasanya hari pertama cuti sekolah dikhaskan untuk aktiviti 'berehat' dan ramai juga yang ambil kesempatan bangun lewat. Kalau anda masih belum ada perancangan, apa kata membawa anak ke Taman Metropolitan, Kepong untuk menyertai Walkaton Keluarga pada jam 7 pagi Sabtu, 12 Mac ini.

Walkaton Keluarga yang diadakan sempena Hari Buah Pinggang Sedunia 2016 itu anjuran bersama Yayasan Buah Pinggang Kebangsaan (NKF), Persatuan Nefrologi dan Kementerian Kesihatan bagi meningkatkan kesedaran masyarakat terhadap penyakit pada organ penting yang boleh diumpamakan sebagai kilang pembersihan dalam badan itu.

Hari Buah Pinggang Sedunia disambut pada setiap Khamis minggu kedua Mac dan untuk tahun ini, ia jatuh pada 10 Mac. Jika biasanya perbincangan masalah buah pinggang tertumpu pada pesakit dewasa, tetapi untuk kali ini perhatian diberikan kepada kanak-kanak.

Bertemakan 'Penyakit Buah Pinggang dan Kanak-Kanak', sambutan kali ini diadakan bagi menggalakkan masyarakat mengamalkan gaya hidup sihat supaya ia dapat diteapkan pada diri kanak-kanak bagi mencegah penyakit buah pinggang.

"Dalam tahun ke-11 sejak pelancaran pertama Hari Buah Pinggang Sedunia, kami bertekad untuk memberi penekanan kepada aspek pencegahan dan diagnosis awal penyakit buah pinggang terutama dalam kalangan kanak-kanak kerana ramai yang berisiko mendapat kerosakan organ ini pada usia muda," kata pengerusi kempen kali ini, Dr Wan Jazilah Wan Ismail.

"Melalui kempen ini kami mahu mendidik dan memudahkan pendidikan, pengesanan awal dan menggalakkan gaya hidup sihat dalam kalangan kanak-kanak. Gaya hidup sihat ini perlu dimulakan sejak anak dilahirkan dan diteruskan hingga usia tua," katanya.

Penyakit buah pinggang boleh berlaku pada kanak-kanak atas pelbagai sebab. Ada yang dilahirkan dengan kerosakan buah ping-



gang atau mendapatnya selepas itu. Kanak-kanak yang dilahirkan dalam keluarga ada sejarah kencing manis, penyakit jantung serta tekanan darah tinggi lebih berisiko.

Hari Buah Pinggang Sedunia 2016 juga menyasarkan untuk memberi sokongan kepada beribu-ribu keluarga di negara ini yang mempunyai anak menghidap penyakit buah pinggang.

"Kami berharap dapat merangsang masyarakat mengamalkan gaya hidup sihat dengan penganjuran program seperti ini. Kami mahu ibu bapa mengambil sikap lebih proaktif dalam kesihatan dan kesejahteraan hidup anak mereka. Malah kami turut sediakan saringan kesihatan percuma bagi membantu ibu bapa dan keluarga lebih memahami kesihatan mereka," katanya.

Orang ramai yang mahu menyertai acara walkaton

sejauh 3.5 kilometer ini boleh mendaftar dengan melayari laman web NKF di <http://www.nkf.org.my>. Yuran pendaftaran hanyalah RM25 untuk dewasa dan RM15 bagi kanak-kanak bawah 18 tahun. Pendaftaran ditutup pada 4 Mac ini.

Selain saringan kesihatan, ada pelbagai acara diadakan termasuklah gerai pameran, pertandingan mewarna dan beberapa permainan untuk kanak-kanak. Sambutan kali ini turut mendapat kerjasama Fresenius Medical Care, Shire Pharmaceuticals, Baxter, Roche, Abbvie, Maybank dan BSN.

Semua kutipan daripada acara aktif ini akan dimasukkan ke dalam tabung NKF bagi memperluaskan kesedaran mengenai penyakit dan membantu rawatan untuk pesakit buah pinggang yang kurang berkemampuan.



KANAK-KANAK & PENYAKIT BUAH PINGGANG

BERTINDAK AWAL UNTUK MENCEGAHNYA!

12 MAC 2016 SABTU | 7 PAGI - 1 PETANG
TAMAN METROPOLITAN KEPONG, KUALA LUMPUR

- Peraduan mewarna
- Diet Kaunseling
- Pameran kesihatan
- Pemeriksaan kesihatan **PERCUMA**
- Aktiviti-aktiviti istimewa



Lukisan Muka Mr. Red Bubbles (Badut) Istana Belon Lukisan Pasir



MALAYSIAN SOCIETY OF NEPHROLOGY NKF NATIONAL KIDNEY FOUNDATION MALAYSIA

Hadiah Cabutan Bertuah Menanti Anda!

