

控制腎臟病須自我醒覺

Publication: Sin Chew Daily

Page: 13, Nation

Date: 25/1/2012.

吳靖修 報道



蔡逢伟：应该在年轻时就开始均衡的饮食习惯。

(八打灵再也25日讯) 马来西亚肾脏基金会(NKF)首席执行官蔡逢伟指出，要控制国内肾脏病情况，须要双方面的合作，除了政府提供的援助，人民也应该要有自我醒觉意识，从小培养良好的饮食习惯，避免患上任何疾病；并建议政府可从教育方面着手。

蔡逢伟在接受星洲日报专访时建议，政府可将健康科学(Health Science)列为国家教育课程纲要的一部分，藉此机会提高人民的醒觉，包括提供他们在健康方面的认知和概念。

他指出，人民应该在年轻时就开始均衡的饮食习惯，而不是在健康亮红灯时才关注。

他说，当他在求学时期，健康科学是课程的一部分，课程内容有关人体器官的功能、特定的补助品和维他命的功效。

“或许政府可将健康科学列入国家的教育课程内，提供人民普遍的健康资讯，包括选择健康的食物和鼓励人民多做运动等。”

他表示，要控制肾脏病，除了透过医学来治疗，最重要是教育人民，提高他们在健康方面的醒觉意识，从而控制肾脏病。他说，马来西亚是美食天堂，随处都可以找到食物，有些甚至是24小时营业，但并不是所有的食物都适合食用。

饮食不均导致患肾病

蔡逢伟指出，均衡饮食对人体非常重要，也是会否患上肾脏病的原因之一，但人们却不重视这一环，反而时常食用自己喜爱的特定食物，偏食

非常不健康，因为每样食物都有各自的营养，只挑特定的食物吃将导致自己缺乏其他食物的营养。

“我们有约55%的肾脏病患也是糖尿病患，因为他们食用太多的糖，饮食不均也是导致患上肾病的原因之一。”

他说，其他促成患上肾脏病的原因包括家族遗传，但他认为只要当事人有均衡的饮食习惯，还是可以控制肾病的发生。此外，他也指出，如果饮食均衡，就无须服用维他命、钙质和锌等补助品，除非是在接受检查后，在建议下才服食。

蔡逢伟指出，肾病患者面对很多外来的压力，导致一些心理方面出现问题，引起焦虑和与别人之间的沟通出现问题等后遗症。他说，肾病患者在职场上也面对一些问题，因为他们每隔一天就需要洗肾，每次4小时，影响被聘请的机会。

蔡逢伟说，该基金会常年365天都须要筹款，以应付每年约1千万令吉的开销，确保病患获得良好的治疗；而筹款活动包括慈善演唱会、慈善高尔夫球比赛等。

他说，筹募经费对所有非政府组织来说是一项大挑战，马来西亚肾脏基金会也无法幸免，因为该基金会是透过大众的捐款运作，而大众也有权知道整体的运作；但该基金会较幸运，因为已经成立了数十年，大众已了解基金会的运作。

“我们相当幸运，我们在筹款方面面对困难，但只要我

每年開銷1千萬 腎臟基金會須常年籌款

们用正确的管道找适合的人，我们都可以解决。”

他说，该基金会不是唯一的一家非政府组织，外面还有很多其他的非政府组织，同时也用不同的策略筹款，这对马来西亚肾脏基金会来说也是一项挑战。当被询及筹获的款项是否足以应付日常的运作时，蔡逢伟表示，一切胥视该基金会的计划和所照顾的病患人数而定。

管理运作每年有预算

他指出，该基金会每年都会自己的预算来管理运作，包括他们可以照顾多少名肾脏病患等，但有时候会面对病患过多的情况，因为肾病是须要长期照顾，从患上那一刻起就一直跟随到生命的终结，所以会出现患者人数越来越多的现象。

“当面对资金短缺时，我们

就须动用基金会过去所存的资金应付，因为我们的运作不能够暂停，否则会影响病患的生命。”

此外，政府也透过“配对补助金”(Matching Grant)的方式提供一次性的援助给非政府组织的洗肾中心。“配对补助金”就是在一所新建的非政府组织洗肾中心开始提供服务时，政府以“一对一”的津贴方式来帮助该中心。惟“配对补助金”只限于新建的洗肾中心，不包括那些已经投入运作的中心。

“例如，新成立的洗肾中心用了50万来添购器材，那么政府将会另外拨款50万给这家洗肾中心，充作任何用途。”