

'Healthy Heart Run' tingkat kesedaran bahaya penyakit kardiovaskular

Oleh Vivi Olviana Najurus

UB 30.9.2019 4

KOTAKINABALU: 'Healthy Heart Run' yang bertemakan 'My Heart, Your Heart' tahun ini membantu meningkatkan kesedaran mengenai bahaya penyakit kardiovaskular termasuk sakit jantung dan strok.

Menteri Kesihatan dan Kesejahteraan Rakyat Datuk Frankie Poon Ming Fung berkata, penyakit itu adalah punca utama kematian dunia yang mengorbankan sehingga 17.5 juta orang setiap tahun.

"Statistik di negara ini menunjukkan penyebab kematian akibat sistem peredaran darah mencecah 21.9 peratus di hospital kerajaan pada 2017.

"Penyakit sistem peredaran darah ini membabitkan sebahagian

besar penyakit jantung serta strok, ia adalah penyebab ketiga selepas kes mengandungi dan respiratori bagikemasukan kewaduk orang dewasa," katanya.

Beliau berkata, melalui aktiviti larian atau joging seperti larian kali ini membantu menyerlahkan tindakan untuk mencegah penyakit kardiovaskular.

"Kesedaran untuk meningkatkan pemahaman mengenai bahaya penyakit jantung dapat ditingkatkan malahan ia juga salah satu usaha untuk menggalakkan penyertaan pelbagai peringkat umur dalam mengubah gaya hidup serta mencegah penyakit ini," katanya.

Dalam pada itu, Frankie juga menekankan pentingnya kekerapan membuat pemeriksaan kesihatan tubuh

badan agar informasi tepat berkenaan status kesihatan dapat diketahui.

"Dengan adanya pemeriksaan rutin, tindakan awal pencegahan dapat dilakukan mengikut tempoh masa bersesuaian dengan peringkat umur masing-masing iaitu setiap setahun hingga dua tahun bagi golongan muda manakala pemeriksaan setiap tahun bagi mereka yang berumur 40 tahun ke atas," katanya.

Larian yang dianjurkan oleh Fakulti Perubatan dan Sains Kesihatan (FPSK) Universiti Malaysia Sabah (UMS) sempena World Heart Day itu mendapat kerjasama Universiti Teknologi Mara (UiTM) Sabah, Perdesa serta sokongan beberapa badan bukan kerajaan (NGO) dan disertai seramai 767 orang.



KENANGAN: Frankie merakamkan gambar kenangan bersama hadirin sebelum melepaskan peserta larian 'Healthy Heart Run' 2019.