

Headline	Jangan tunggu usia tua untuk jaga kesihatan, kata Syed Abas		
MediaTitle	Harian Ekspres (KK)		
Date	21 Nov 2011	Color	Black/white
Section	Tempatan	Circulation	29,826
Page No	5	Readership	97,836
Language	Malay	ArticleSize	85 cm ²
Journalist	N/A	AdValue	RM 175
Frequency	Daily	PR Value	RM 525



Jangan tunggu usia tua untuk jaga kesihatan, kata Syed Abas

TAWAU: Masyarakat diseru agar lebih mementingkan kesihatan diri dan tidak menunggu sehingga usia tua untuk mengamalkan langkah-langkah penjagaan kesihatan.

Adun Balung, Datuk Syed Abas Syed Ali berkata demikian semasa merasmikan Program Kesihatan dan Berkhatan di perkarangan Masjid Babul Salam PPR Sri Balung, di sini Sabtu lepas.

Beliau turut memberi peringatan kepada generasi muda agar menyedari perkara ini dan mula membudayakan diri dengan penjagaan kesihatan dari awal lagi.

Katanya, penyakit jantung, kencing manis dan penyakit buah pinggang merupakan penyakit utama dan paling banyak dihadapi oleh rakyat di negara ini termasuk mereka yang masih muda.

"Jika mereka menyedari kepentingan kesihatan dan memulakan langkah penjagaan daripada peringkat awal usia lagi, mungkin masalah ini tidak dihadapi walaupun pada usia 40-an.

"Bersenam dan pengambilan makanan berkhasiat perlu diamalkan untuk menjamin kesihatan. Semua elemen itu akan mampu mengurangkan risiko kegemukan, peningkatan kadar kolesterol dan kencing manis," ujarnya.

Sementara itu, Syed Abas yang juga Penasihat Sains Dan Teknologi kepada Ketua Menteri Sabah berkata berkhatan bagi lelaki adalah sunnah Rasulullah yang diamalkan sejak zaman Nabi Ibrahim a.s lagi.

Jelasnya, antara hikmahnya adalah menghilangkan kekotoran pada kemaluan yang boleh membawa penyakit seperti kanser zakar.

"Walaupun berkhatan tidak menjadi syarat utama ke-Islaman seseorang, ia adalah pengenalan kepada cara hidup Islam yang mementingkan kebersihan serta akhlak yang mulia. Sebagai orang Islam, anak-anak lelaki dan perempuan akan dikhatankan.

Tegas beliau, prosedur berkhatan mengurangkan risiko mereka untuk dijangkiti HIV yang menyebabkan penyakit AIDS.

Turut hadir pada majlis itu adalah Ketua Kampung Perpaduan, Hj Abd Rahman Abdullah, Ketua Kampung Balung Cocos, Tawau, KK Mendis Bennie, PKR Balung, Hamild Haji Awang, wakil Klinik Kesihatan Apas Balung, Dr Hanafi Yahya dan Pegawai Kesihatan Tawau, Dr G Nanudran, dan pemimpin masyarakat, antara lain.