

10 JUN 2002

DR MAHATHIR CONTOH KEHIDUPAN SIHAT, KATA PAKAR KESIHATAN

KUALA LUMPUR, 10 Jun (Bernama) -- Perdana Menteri Datuk Seri Dr Mahathir Mohamad telah dipilih sebagai contoh seorang yang gaya hidup sihatnya adalah hasil daripada mengambil diet yang sihat termasuk mengambil pil vitamin dan tidak merokok.

Penilaian penuh pujian terhadap Dr Mahathir itu datang daripada Dr Robert Goldman, pengerusi Akademi Anti Penuaan Amerika.

Beliau berkata Malaysia tidak mampu untuk menjadi sebuah negara yang terlalu memberi tumpuan kepada rumah penjagaan dan negara akan mendapat faedah besar daripada golongan berumur yang sihat dan terus memberikan sumbangan kepada masyarakat.

"Mungkin tiada contoh yang lebih baik seorang warganegara senior yang amat produktif selain Dr Mahathir," katanya dalam ucapannya kepada anggota Persatuan Perubatan Anti Penuaan pada satu seminar di sini baru-baru ini.

Dalam satu kenyataan yang dikeluarkan hari ini oleh penganjur seminar, Dr Goldman dipetik sebagai berkata pada usia 76 tahun, Perdana Menteri masih mengamalkan diari harian yang mencabar hebat ramai rakyat Malaysia separuh umurnya.

Dr Goldman berkata Dr Mahathir semasa ditanya baru-baru ini di Seoul mengenai perawakannya yang kelihatan muda walaupun menjalani jadual harian yang ketat termasuk kunjungan ke luar negara, Perdana Menteri menjawab ia berpunca daripada diet yang mengandungi pil vitamin, gaya hidup sihat dan tidak merokok.

Dr Goldman, 46, merupakan penolong profesor perubatan klinikal Oklahoma State University dan disenaraikan dalam Guinness Book of Records kerana melakukan ekshesais baring duduk berterusan sebanyak 13,500 kali dan dirian tangan sebanyak 321 kali.

-- BERNAMA
SR AZZ RON