



**World Kidney Day @ Hong Kong 2015 - Sunday 8 March 2015**

# World Kidney Day @ Hong Kong 2015 - Sunday 8 March 2015

## Attended by 800 renal patients and healthcare professionals



Welcome by  
**Dr. Lui Siu-fai, MH, JP**  
Chairman, Hong Kong Kidney Foundation  
**Dr. Choi Koon Shing**  
Chairman, Hong Kong Society of Nephrology  
**Dr. Cheung Wai-lun, JP**  
D(CS), Hospital Authority  
**Dr. Anne Fung**  
Assistant Director of Health (Health Promotion)

Guest of Honor: **Dr. Ko Wing-man, BBS, JP**  
Secretary for Food & Health,  
Food & Health Bureau, HKSAR

Address by  
**Dr. Leong Che-hung, GBM, JP**  
President, Hong Kong Kidney Foundation  
**Prof. Richard Yu, SBS**, Patron, HKKF  
**Dr. Leung Pak-yn, JP**  
Chief Executive, Hospital Authority  
**Dr TH LEUNG, JP**  
Controller, Centre for Health Protection  
**Prof. Philip Li**  
Council member, ISN





**Ms. Jinny NG, a popular artist was appointed  
as Ambassador of Hong Kong Kidney Foundation**

**Everyone to drink a glass of water and give one too to celebrate their kidneys.  
8 glasses of water a day for good kidney health (General advice for healthy people)**



A survey on the knowledge of kidney disease was conducted at public housing estates and via on-line platform.  
Response from 1739 participants.



Hong Kong citizens are not aware of kidney disease.  
Need to enhance health promotion

#### Key findings:

- 50% not aware diabetes is the main cause of End stage Kidney failure
- 60% not aware hypertension can be a sign of kidney disease
- 75% not aware of 1000+ new cases of End stage kidney failure every year in Hong Kong



## Street Drama

by Hong Kong Society of Nephrology

**Together we protect our kidneys**

Stop the bad habits which are harmful

「齊共作強腎一派」



# A flash mob dance by 100 healthcare professionals and patients to the music of "Happy" **Healthy kidneys, Happy life**





Flash  
mob  
Dance  
HAPPY





All attendees  
including the  
officiating guests  
joined the  
“HAPPY” Line  
dance



10<sup>th</sup> 世界腎臟日在香港  
www.worldkidneyday.org

# 全民腎康 全城響應

全港腎友齊學健腎舞

2015適逢世界腎臟日10周年，衛生署、香港腎臟基金會、香港腎科學會及醫院管理局主辦的響應活動，除了回應大會主題「全民腎康」外，更為全港腎友安排精彩表演及歌舞同樂活動，歡迎各腎友踴躍參加。

日期：2015年3月8日（星期日）  
時間：（典禮）上午十時至十時四十五分  
（活動）上午十一時至十二時半  
地點：九龍灣國際展覽中心地下展覽廳（I）  
主禮嘉賓：食物及衛生局局長高永文醫生  
精彩活動預告：醫護人員及嘉賓表演音樂劇、歌舞表演、腎友齊齊跳健腎舞  
愛心大使：著名藝人吳若希小姐

主辦機構：  
衛生署 Department of Health  
香港腎科學會  
香港腎臟基金會  
醫院管理局 HOSPITAL AUTHORITY

支持機構：  
香港腎臟基金會

10<sup>th</sup> 8.3.2015  
www.worldkidneyday.org  
世界腎臟日在香港

## 全民腎康 全城響應

日期：2015年3月8日（星期日）  
時間：典禮：上午十時至十時四十五分  
活動：上午十一時至十二時半  
地點：九龍灣國際展覽中心地下展覽廳(I)  
主辦機構：衛生署、香港腎臟基金會、香港腎科學會、醫院管理局

### 程序表

10:00-10:06	致歡迎辭 香港腎臟基金會主席雷兆輝醫生MH JP 香港腎科學會主席蔡冠誠醫生 醫院管理局聯網服務總監張偉麟醫生JP 衛生署助理署長（健康促進）馮宇琪醫生
10:06-10:11	主禮嘉賓：食物及衛生局局長高永文醫生BBS JP致辭
10:11-10:17	腎病小測驗結果公佈： 唐國隆醫生、李俊生醫生、馮加信醫生、周嘉歡醫生
10:17-10:23	嘉賓分享：香港腎臟基金會贊助人余宇康教授SBS 香港腎臟基金會會長梁智鴻醫生GBM, GBS, JP 醫院管理局行政總裁梁栢賢醫生JP 國際腎科學會香港代表李錦滔教授 衛生防護中心總監梁挺雄醫生JP
10:23-10:28	委任吳若希為愛心大使
10:28-10:35	醫生劇場
10:35-10:40	快閃街舞「全民腎康 快樂健康」
10:40-10:50	全場跳「快樂舞16步」，大合照 典禮完成，媒介採訪
11:00-12:30	世界腎臟日響應活動
11:00-11:30	集體遊戲
11:30-11:50	全場齊跳快樂舞
11:50-12:10	全場大合唱（獅子山下 歡樂年年）
12:10-12:20	全場舞蹈
12:20-12:25	全場大合唱（朋友）
12:30	活動圓滿結束

Program:  
Games,  
Songs and  
Dances  
with patients



Rapid transfer of  
WKD 8 golden rules  
to prevent kidney  
disease

Games  
with patients









Supporting organizations /  
pharmaceutical companies



## Video clips (to view, click on icon)



**“Happy”  
Flash Mob Dance**

[http://youtu.be/vuvNDW4k0\\_Y](http://youtu.be/vuvNDW4k0_Y)



**“Happy”  
Line Dance  
全場齊跳快樂舞**

<http://youtu.be/Meh-Ho4pLTA>



**Dancing  
全場舞動  
YMCA**

<http://youtu.be/7eZFC1kdcck>



**Singing  
全場大合唱  
朋友**

<http://youtu.be/xqtGcf27uCU>

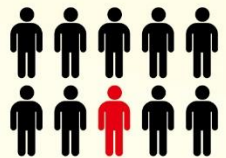


A survey of the general public's understanding of kidney disease together with free measurement of blood pressure was conducted at 12 housing estates on 12 Sundays during Jan - Feb 2015.

**2000 people attended for the free blood pressure checkup**

The findings of the survey was presented at the opening ceremony of the WKD

# 全民腎康 全城響應



每十個人有一個患慢性腎病  
腎病有機會導致腎衰竭  
香港每年新增約1000名洗腎病人

## 腎病高危因素你要知

糖尿病

家族有腎病史

高血壓

護腎8式 人人要識

控制血糖

足夠水份

監察血壓

經常運動

腎病高危者要  
檢查腎功能

正常體重

不要亂服成藥

不要吸煙

主辦機構



香港腎臟基金會



香港腎科學會



醫院管理局  
HOSPITAL  
AUTHORITY



衛生署  
Department of Health

倡議機構



International Federation  
of Kidney Foundations



<http://www.hksn.org>

<http://www.hkkf.org.hk>



腎臟是人體重要器官，你懂得保護它們嗎？

## 腎臟的功能：

- 排走廢物：毒素、尿素、代謝物
- 平衡體內水份
- 調節血壓
- 製造紅血球增生素
- 調節酸鹼度

你的一對腎臟在  
身體哪個位置，  
(1)或(2)？

(2)：孝景聖王



## 全民腎康 全城響應

控制血糖

足夠水份

監察血壓

經常運動

腎病高危者  
要檢查腎功能

正常體重

不要亂服成藥

不要吸煙



Posters distributed by Department of Health  
To housing estates, clinics and School

The 10<sup>th</sup> World Kidney Day is jointly organized by Hong Kong Society of Nephrology, Hong Kong Kidney Foundation, Hospital Authority and Department of Health, HKSAR. The theme is **“Kidney Health for All, Everyone in Hong Kong to join in”**.

This year, around the world, 8 golden rules to prevent kidney diseases is being promoted – control diabetes, control blood pressure, avoid “purchased over the counter” medicine, individual with high risk should have regular investigation for kidney disease, adequate water intake, regular exercise and control body weight. In general (for people in good health), one way to ensure good kidney health is to drink plenty of water, up to 8 glasses each day. It is also important to be aware of the symptoms of kidney disease and has regular body check,

**We need to take action to prevent kidney diseases in Hong Kong. Early detection and appropriate treatment can prevent disease progression and complication.**

# Media coverage – post event 9 March 2015

14 LOCAL

## Kidney threat not seen by a majority of people

Despite World Kidney Day about to mark a decade, more than half of 1,739 people who responded to a survey do not know the leading cause of kidney failure is diabetes.

The Hong Kong Kidney Foundation polled people in 12 housing estates in January and February, with 1,420 answering questionnaires and 319 responding online.

Just 44 percent knew that diabetes is the leading cause for the life-threatening condition.

Twenty-six percent believed it is nephritis or inflammation of the kidneys, 19 percent pointed to high blood pressure and 5 percent believed an infection brought it on. Four percent said it depended on a family's medical history and 3.4 percent do not know what to think.

Pointing to diabetes as the leading cause of end-stage kidney failure, the foundation called on diabetes sufferers to monitor their health closely.

The survey also showed that 39 percent of respondents were not aware that a poor appetite, nausea and vomiting could be symptoms of kidney disease.



Members of the Hong Kong Kidney Foundation prepare for the big day by showing how to stay in shape. ALEXANDER FUNG

In 2014, there were 1,169 new cases of end-stage kidney failure – also known as renal failure – in Hong Kong. And of 137 people known to be suffering with end-stage kidney failure, 2,027 are awaiting kidney transplants.

The Hospital Authority has over 7,000 people listed with end-stage kidney failure in Hong Kong on dialysis treatment or with a transplanted kidney. That is 90 percent more than 10 years ago.

World Kidney Day is marked around the world on the second Thursday of March. So it is this Thursday.

Q LUO

## News 晴報 24 HEALTH



## 56%人不知糖尿致腎衰竭

香港腎臟基金會和香港腎科學會，今年一、二月訪問逾1,700人，發現市民對腎病認識不足，總分100計算，平均僅49.9分，遠不合格水平。

腎病不罕見，去年本港有約1,300宗末期腎衰竭新症，惟調查發現，市民對腎病認識不足，平均只有49.9分，更有達56%人不知糖尿病是末期腎衰竭主因。醫生建議市民，留意小便是否多泡或深色等病徵。 記者：黃雄琛

腎病不罕見，去年本港有約1,300宗末期腎衰竭新症，惟調查發現，市民對腎病認識不足，總分100計算，平均僅49.9分，遠不合格水平。

腎病不罕見，去年本港有約1,300宗末期腎衰竭新症，惟調查發現，市民對腎病認識不足，總分100計算，平均僅49.9分，遠不合格水平。

腎病不罕見，去年本港有約1,300宗末期腎衰竭新症，惟調查發現，市民對腎病認識不足，總分100計算，平均僅49.9分，遠不合格水平。

## 港人腎病認知不及格

容易忽略症狀致衰竭



【本報訊】對腎病似無痛癢，但腎病卻是港人健康威脅。香港腎臟基金會及香港腎科學會於今年一至二月訪問約一千七百人，結果發現近六成受訪者不知糖尿病是引致末期腎衰竭的首位「元兇」；少於一半人認識失血、脫水、尿道阻塞等可致急性腎損傷。只有約一半受訪者知道小便帶泡沫、足踝浮腫亦是腎病病徵。醫生提醒市民做足「護腎八式」，包括監察血糖及血壓，不要亂服成藥等。

腎科醫生提醒八招預防腎病，包括控制血糖、監察血壓、飲足夠水分、經常運動、保持健康體重、切勿吸煙、不亂服成藥，以及糖尿病患者等腎病高危族更要檢查腎功能，以保護腎臟健康。

## 「護腎八式」

監察血糖血壓

【本報訊】昨日是世界腎臟日，醫護人員提醒市民由生活做起，慎防腎病。香港腎臟基金會及香港腎科學會於今年一至二月訪問約一千七百人，結果發現近六成受訪者不知糖尿病是引致末期腎衰竭的首位「元兇」；少於一半人認識失血、脫水、尿道阻塞等可致急性腎損傷。只有約一半受訪者知道小便帶泡沫、足踝浮腫亦是腎病病徵。醫生提醒市民做足「護腎八式」，包括監察血糖及血壓，不要亂服成藥等。

腎科醫生提醒八招預防腎病，包括控制血糖、監察血壓、飲足夠水分、經常運動、保持健康體重、切勿吸煙、不亂服成藥，以及糖尿病患者等腎病高危族更要檢查腎功能，以保護腎臟健康。

## 勿亂服成藥

腎科醫生提醒八招預防腎病，包括控制血糖、監察血壓、飲足夠水分、經常運動、保持健康體重、切勿吸煙、不亂服成藥，以及糖尿病患者等腎病高危族更要檢查腎功能，以保護腎臟健康。

## 末期腎衰竭新症 46%糖尿病引致

【本報訊】昨日是世界腎臟日，醫護人員提醒市民由生活做起，慎防腎病。香港腎臟基金會及香港腎科學會於今年一至二月訪問約一千七百人，結果發現近六成受訪者不知糖尿病是引致末期腎衰竭的首位「元兇」；少於一半人認識失血、脫水、尿道阻塞等可致急性腎損傷。只有約一半受訪者知道小便帶泡沫、足踝浮腫亦是腎病病徵。醫生提醒市民做足「護腎八式」，包括監察血糖及血壓，不要亂服成藥等。

腎科醫生提醒八招預防腎病，包括控制血糖、監察血壓、飲足夠水分、經常運動、保持健康體重、切勿吸煙、不亂服成藥，以及糖尿病患者等腎病高危族更要檢查腎功能，以保護腎臟健康。

港聞新聞

市民普遍對腎病認識不足 (港聞)

2015-03-08 (12:07)



(1/1) 第十屆世界腎臟日在香港活動典禮。星島

調查發現，市民普遍對腎病病徵及預防方法認識不足。

香港腎臟基金會同腎科學會所做調查顯示，在過去兩個月訪問的超過1700人，普遍對腎病的主要成因、病徵及預防方法等，都認識不足，以總分100計算，平均分僅為49.9分。過一半受訪者，不知道糖尿病是導致末期腎衰竭的主因。

基金會呼籲政府加強有關腎病的宣傳教育。



吳若希出席活動並呼籲市民力做「護腎」。



文匯報



大批醫護人員及病友昨日世界腎臟日，向大眾宣傳傳腎知識。(何穎攝)

吳若希鍾意洗腦

吳若希昨日出席「護腎八式」活動，近日溫家偉及周志文傳聞間的她，講到溫家偉與思貝傳聞，她說：「都係傳嘅，除非佢兩個口同我講我就信。」她又認為有劇出街，有聞並無新奇，故不驚訝。講到她主唱的劇《衝鋒》主題曲，繼上次《越牆越愛》後再次隔式播放，吳若希笑說：「唔覺得洗腦唔好，持洗腦。」而吳若希右手戴著的手鐲是情侶款式，她連忙解釋只是風水飾物，因風水師她今年流年動盪，宜佩戴金手鐲。

文：影視組



●食物及衛生局局長高文文(右一)、醫管局行政總裁梁栢賢(右二)等醫士手舞足蹈，呼籲市民多運動。

## 末期腎衰竭新症 46%糖尿病引致

【本報訊】昨日是世界腎臟日，醫護人員提醒市民由生活做起，慎防腎病。香港腎臟基金會及香港腎科學會於今年一至二月訪問約一千七百人，結果發現近六成受訪者不知糖尿病是引致末期腎衰竭的首位「元兇」；少於一半人認識失血、脫水、尿道阻塞等可致急性腎損傷。只有約一半受訪者知道小便帶泡沫、足踝浮腫亦是腎病病徵。醫生提醒市民做足「護腎八式」，包括監察血糖及血壓，不要亂服成藥等。

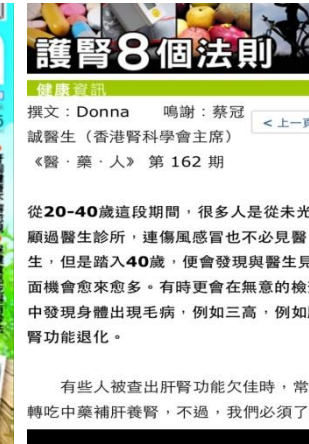
腎科醫生提醒八招預防腎病，包括控制血糖、監察血壓、飲足夠水分、經常運動、保持健康體重、切勿吸煙、不亂服成藥，以及糖尿病患者等腎病高危族更要檢查腎功能，以保護腎臟健康。

## 提倡「護腎八式」

腎科學會主席蔡冠誠醫生指，去年全港有約一千三百宗末期腎衰竭新症，當中四成六是由糖尿病引致，由高血壓或血管病引致的則有百分之八。他解釋，腎臟是人體的「過濾器」，排走體內廢物，患糖尿病會令腎小球受損，令腎臟透析功能退化。當腎功能跌至低點，難以過濾有害物質，患者可能要洗腎度日。蔡又說，部分非類固醇止痛藥、抗生素等有可能損害腎功能。市民勿亂服成藥，若服藥後出現小便帶泡、出疹等，應多加注意及求醫。

腎科醫生提醒八招預防腎病，包括控制血糖、監察血壓、飲足夠水分、經常運動、保持健康體重、切勿吸煙、不亂服成藥，以及糖尿病患者等腎病高危族更要檢查腎功能，以保護腎臟健康。

# Media coverage – Jan – March 2015

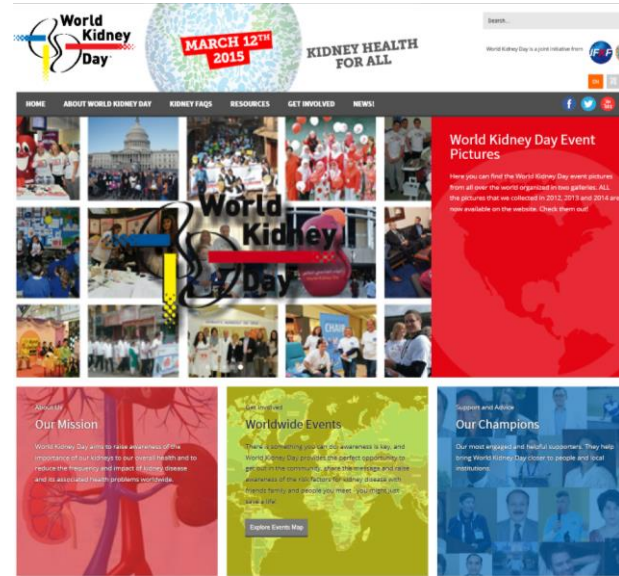




## World Kidney Day 2015 @ HK on Roadshow (Media show on public bus)

<http://youtu.be/S4f75d-ITC8>

A 60 seconds video clip of the highlights of the World Kidney Day @ HK 2015 will be shown on Roadshow (a video media on public bus) to promote the kidney health message.



## World Kidney Day Website English Version

<http://www.worldkidneyday.org/>



## World Kidney Day Website Chinese Version hosted by HKSAN, HKKF

<http://zh-hant.worldkidneyday.org/>

Simple Chinese character Version

<http://zh-hans.worldkidneyday.org>