

'Faktor yg harus diingat sebelum ke gelanggang'

28 AUG 1985

SETIAP orang yang ingin menyertai sebarang Kejohanan Pesta Silat, harus meningkatkan taraf kesihatan dan kecergasan mereka sebelum turun ke gelanggang 'pertarungan'.

Ingatan ini telah diberikan oleh Ketua Pasukan Kesihatan Jawatankuasa Pesta Silat Kebangsaan, Haji Ismaon Haji Ali.

Beliau menyatakan bahawa setiap peserta harus mempersiapkan diri sebelum bertanding, termasuk mengikuti latihan-latihan yang teratur untuk meningkatkan taraf ketahanan mereka.

"Persiapan-persiapan itu juga termasuk dari segi jasmani mahupun rohani.

"Akibat dari kelalaian dan kurang tumpuan perhatian, para pesilat menghadapi risiko yang tinggi. Mereka boleh mendapat kecederaan seumur hidup dan lebih malang lagi ialah menghadapi maut," katanya.

Cedera

Buat masa ini pemeriksaan doktor ke atas taraf kesihatan para peserta silat hanya dilakukan sebelum satu-satu kejohanan dijalankan.

"Tetapi para pesilat harus meneliti keadaan kesihatan mereka dengan lebih rapi, terutama jika mereka mendapat kecederaan sebelum pertandingan dijalankan. Ini mungkin berlaku sewaktu men-

gikuti latihan misalnya.

"Mereka juga perlu patuh dengan sebarang nasihat yang berkaitan dengan keadaan taraf kesihatannya," tambahnya.

Haji Ismaon menekankan sekiranya pesilat meneruskan juga pertandingan dalam keadaan jasmani yang tidak sihat, mereka boleh menerima kecederaan yang lebih buruk.

"Terdapat dua tahap pemeriksaan yang perlu dijalankan ke atas para pesilat yang ingin bertanding. Pertama di peringkat pendahuluan dan kedua pula sebelum turun bertanding.

"Banyak faktor yang boleh mendorong kepada pemeriksaan yang lebih teliti," terangnya lagi.

Kesihatan

Pemeriksaan itu boleh merangkum keadaan penyakit, latar belakang penyakit yang mungkin berpunca dari keturunan, tekanan darah di samping pemeriksaan teliti di bahagian mata, hidung, gigi, mulut, telinga, paru-paru, jantung dan termasuk sendi-sendi dan otot.

"Kerana itu pemeriksaan perlu dijalankan setiap kali para peserta ingin turun ke gelanggang pertandingan.

"Seorang ahli perubatan perlu dilantik bagi mengesahkan tahap kesihatan peserta-peserta yang ingin bertanding," tegas beliau.



ENCIK ABDUL RAHIM DAYAN
Pengerusi Jawatankuasa Pesta Silat 1985.



“SETIAP peserta harus mempersiapkan diri sebelum bertanding, termasuk mengikuti latihan-latihan yang teratur untuk meningkatkan taraf ketahanan mereka.

Peserta yang lalai dan kurang tumpuan perhatian akan menghadapi risiko yang tinggi. Mereka boleh mendapat kecederaan seumur hidup dan lebih malang lagi ialah menghadapi maut.

— Hj Ismaon Hj Ali
Ketua Bahagian Kesihatan Persisi