

Cermati Sekitarmu:

Coba perhatikan kebiasaan makan dan pola hidup di sekitar Anda, baik di kampus, tempat tinggal, maupun saat berkumpul bersama teman. Tanpa disadari, beberapa kebiasaan sehari-hari dapat berkaitan dengan kesehatan ginjal.

Pertanyaan :

1. Apakah Anda atau orang di sekitar Anda sering mengonsumsi minuman manis, minuman berkafein, atau minuman kemasan dalam jumlah berlebihan?

Jawaban

Pertanyaan :

2. Pernahkah Anda kurang minum air putih, sering menahan buang air kecil, atau mengonsumsi makanan dan minuman tertentu secara berlebihan?

Jawaban

Pertanyaan :

3. Menurut Anda, bagaimana kebiasaan tersebut dapat memengaruhi fungsi ginjal dalam menyaring darah dan membentuk urin?

Jawaban