

扶輪社員再度騎車上路

艾德溫·韋拉德 (EDWIN VELARDE)，
加州西湖村扶輪社

艾德溫·韋拉德從加利福尼亞的家去德國漢堡參加扶輪國際年會的途中，繞了一條不尋常的彎路。57 歲的韋拉德為了提高人們對糖尿病的認識，在旅行的最後一站騎自行車，從倫敦騎了 525 英里到漢堡。他沿途多次停留下來參觀扶輪社並談論糖尿病的影響，

騎了 13 天後，才於 5 月 31 日抵達目的地。途中他對英國、法國、比利時、荷蘭和德國的扶輪社發表過演講。

這不是扶輪糖尿病行動小組理事韋拉德第一次騎自行車參加國際年會。「我想我可以藉由騎自行車參加國際年會來提醒人們注意，」29 歲時

被診斷出患有 1 型糖尿病的韋拉德說。他於 2016 年從釜山騎自行車到韓國首爾，2017 年從芝加哥到亞特蘭大，2018 年從伊利諾斯州伊文斯敦的扶輪總部騎到多倫多。今年，這趟旅程增添了意義；韋拉德將這次旅程獻給他的兒子戴維斯·艾德溫·韋拉德 (Davis Edwin Velarde)，他於 4 月份死於淋巴瘤，年 22 歲。

糖尿病是一種慢性病，胰臟不產生胰島素（1 型）或身體不能有效使用胰島素（2 型）就會發生糖尿病。如果糖尿病未被控制，會嚴重損害眼睛、腎臟和神經，導致心臟病和中風風險增加一倍。

世界衛生組織估計，糖尿病患者人數從 1980 年 1.08 億上升到 2014 年的 4.22 億。

幾年前，當韋拉德因糖尿病而感到疲憊和沮喪時，有位朋友給了他一輛自行車。他把它拿出來兜風。

他回憶道：「那次騎行讓我覺醒自己的身體不好。我意識到我想成為一名自行車騎士，而不僅僅是騎自行車的人。」

韋拉德的目標是在扶輪社中爭取支援，來找到治療糖尿病的方法，並宣傳健康的生活方式可以幫助 2 型糖尿病患者更有效控制病情。「我們具備戰勝糖尿病流行的能力，」他說。「想像一下，我們可以幫助多達 4.22 億人。」

撰文：Annemarie Mannion

