

29 октября

ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ

БОРЬБЫ С ИНСУЛЬТОМ



Как предотвратить инсульт:

- Соблюдайте правила здорового питания
- Откажитесь от алкоголя
- Откажитесь от курения
- Контролируйте свое АД
- Избегайте стресса
- Занимайтесь физкультурой
- Контролируйте уровень холестерина и сахара в крови

ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ

БОРЬБЫ

С ИНСУЛЬТОМ

29 октября

ЧТО НАДО ЗНАТЬ, ЧТОБЫ
ПРЕДОТВРАТИТЬ ИНСУЛЬТ:



Соблюдайте
правила
здорового
питания

ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ

БОРЬБЫ

С ИНСУЛЬТОМ

29 октября

ЧТО НАДО ЗНАТЬ, ЧТОБЫ
ПРЕДОТВРАТИТЬ ИНСУЛЬТ:



Откажитесь
от алкоголя

ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ

БОРЬБЫ

С ИНСУЛЬТОМ

29 октября

ЧТО НАДО ЗНАТЬ, ЧТОБЫ
ПРЕДОТВРАТИТЬ ИНСУЛЬТ:



Откажитесь
от курения

ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ

БОРЬБЫ

С ИНСУЛЬТОМ

29 октября

ЧТО НАДО ЗНАТЬ, ЧТОБЫ
ПРЕДОТВРАТИТЬ ИНСУЛЬТ:



Контролируйте
свое АД

ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ

БОРЬБЫ

С ИНСУЛЬТОМ

29 октября

ЧТО НАДО ЗНАТЬ, ЧТОБЫ
ПРЕДОТВРАТИТЬ ИНСУЛЬТ:



Избегайте
стресса

ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ

БОРЬБЫ

С ИНСУЛЬТОМ

29 октября

ЧТО НАДО ЗНАТЬ, ЧТОБЫ
ПРЕДОТВРАТИТЬ ИНСУЛЬТ:



Занимайтесь
физкультурой

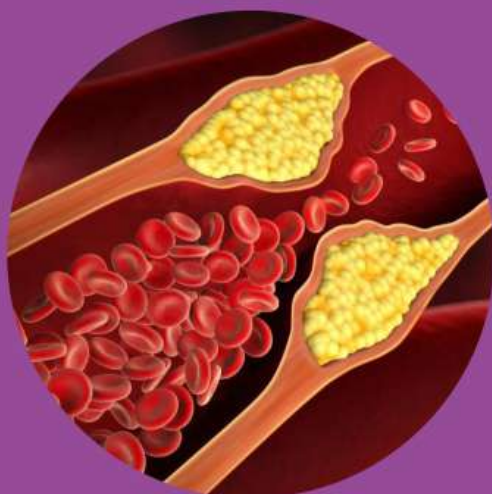
ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ

БОРЬБЫ

С ИНСУЛЬТОМ

29 октября

ЧТО НАДО ЗНАТЬ, ЧТОБЫ
ПРЕДОТВРАТИТЬ ИНСУЛЬТ:



Контролируйте
уровень
холестерина
и сахара в крови