



فشارخون:

بدانیم و اقدام کنیم...

بسیج ملی کنترل فشارخون



- فشارخون بالا از علل اصلی سکته مغزی، سکته قلبی و بیماری های کلیوی است.
- از تاریخ **۱۸ خردادماه**
- به مراکز و پایگاه های بهداشت در سراسر استان مراجعه فرمائید.
- برای خود اظهاری فشار خود به سایت salamat.gov.ir مراجعه فرمائید.



فشارخون:

بدانیم و اقدام کنیم ...

بسیج ملی کنترل فشارخون



• از تاریخ ۱۸ خردادماه

به مراکز و پایگاه های بهداشت در سراسر استان مراجعه فرمائید.

• برای خود اظهاری فشار خود

به سایت salamat.gov.ir مراجعه فرمائید.

• شایع ترین و بزرگترین عامل ایجاد فشارخون بالا،

مصرف نمک است.

روابط عمومی

دانشگاه علوم پزشکی قم



فشارخون:

بدانیم و اقدام کنیم ...
بسیج ملی کنترل فشارخون



فشارخون: بدانیم و اقدام کنیم... بسیج ملی کنترل فشارخون

• از تاریخ ۱۸ خردادماه

به مراکز و پایگاه های بهداشت در سراسر استان مراجعه فرمائید.

• برای خود اظهاری فشارخود به سایت
salamat.gov.ir مراجعه فرمائید.



فشارخون:
بدانیم و اقدام کنیم...
بسیج ملی کنترل فشارخون

روابط عمومی
دانشگاه علوم پزشکی قم



با کاهش مصرف نمک از فشارخون بالا جلوگیری کنیم



فشارخون:

بدانیم و اقدام کنیم...

بسیج ملی کنترل فشارخون

از تاریخ ۱۸ خردادماه

به مراکز و پایگاه های بهداشت در سراسر استان مراجعه فرمائید.

برای خود اظهاری فشارخودبه سایت salamat.gov.ir مراجعه فرمائید.

مصرف کم حبوبات،

غلات، میوه ها و سبزیجات

از عوامل خطر ساز برای فشارخون بالاست



فشارخون:

بدانیم و اقدام کنیم...

بسیج ملی کنترل فشارخون



فشارخون:

بدانیم و اقدام کنیم...

بسیج ملی کنترل فشارخون

از تاریخ ۱۸ خردادماه

به مراکز و پایگاه های بهداشت

در سراسر استان مراجعه فرمائید.



• برای خود اظهاری فشارخودبه سایت salamat.gov.ir مراجعه فرمائید.

• استرس و شرایط روحی نامناسب با فشارخون بالا ارتباط مستقیم دارد



فشارخون:
بدانیم و اقدام کنیم...
بسیج ملی کنترل فشارخون

روابط عمومی
دانشگاه علوم پزشکی قم





فشارخون:
بدانیم و اقدام کنیم...
بسیج ملی کنترل فشارخون



• از تاریخ ۱۸ خردادماه

به مراکز و پایگاه های بهداشت در سراسر استان مراجعه فرمائید.

• برای خود اظهاری فشارخودبه سایت salamat.gov.ir مراجعه فرمائید.

• پیشگیری و کنترل فشارخون بالا با مصرف نمک و روغن کمتر



فشارخون:
بدانیم و اقدام کنیم...
بسیج ملی کنترل فشارخون

روابط عمومی
دانشگاه علوم پزشکی قم





فشارخون:
بدانیم و اقدام کنیم...
بسیج ملی کنترل فشارخون



فشارخون:
بدانیم و اقدام کنیم...
بسیج ملی کنترل فشارخون

• از تاریخ ۱۸ خردادماه

به مراکز و پایگاه های بهداشت در سراسر استان مراجعه فرمائید.

• **فشارخون بالا**

از شایعترین دلایل مرگ مردم در جهان است

• برای خود اظهاری فشار خود به سایت
salamat.gov.ir مراجعه فرمائید.



• برای خود اظهاری فشار خود به سایت
salamat.gov.ir مراجعه فرمائید.



با مشارکت
در بسیج ملی
کنترل فشار خون،
از علائم فشار خون
بالا آگاه شویم



فشارخون:
بدانیم و اقدام کنیم...
بسیج ملی کنترل فشارخون

• از تاریخ ۱۸ خردادماه

به مراکز و پایگاه های بهداشت
در سراسر استان مراجعه فرمائید.



فشارخون:
بدانیم و اقدام کنیم...
بسیج ملی کنترل فشارخون

روابط عمومی
دانشگاه علوم پزشکی قم

