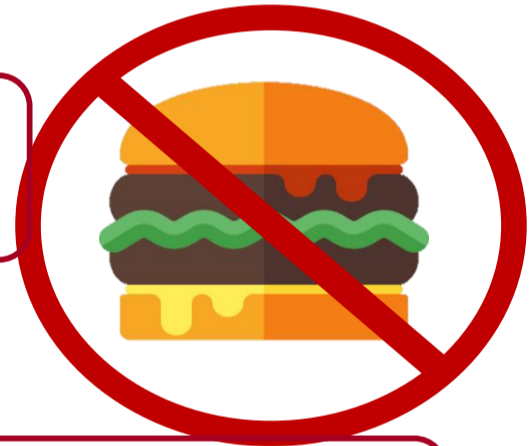




Širdies ir kraujagyslių ligų rizikos veiksniai

**Rūpinkis savo sveikata!
Rinkis sveiką gyvenimo būdą!**

Atsisakyk greitai paruošiamo maisto



Venk streso

Valgyk daugiau vaisių ir daržovių

Laisvalaikį leisk aktyviai



Nevartok alkoholio ir narkotikų

Sportuok

Palaikyk normalų kraujospūdį



Nerūkyk

Parengė:



LIETUVOS INTENSYVIOSIOS
KARDIOLOGIJOS IR SKUBIOSIOS
MEDICINOS ASOCIACIJA

www.cardem.lt

