

3C控血壓 ⚡ 預防腦中風

Check

確認
血壓



規律量

做紀錄



均衡飲食
減鹽



適當
運動

Change 改變習慣

Control

控制
血壓

高血壓患者 遵醫囑

規律就醫



按時服藥



高雄市政府衛生局關心您