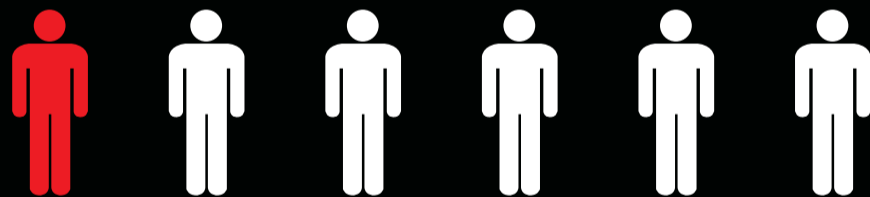


全民受威胁！



心血管疾病

在政府医院，每 6 宗死亡个案当中就有 1 宗是死于心血管疾病*



高血压和血液中胆固醇含量过高是导致心脏病发作的两个主因。

* 资料来源：2008 年马来西亚卫生部健康数据

现在就采取行动，以免后悔莫及！ 实践健康的生活方式



多运动



养成健康的饮食习惯



不吸烟



建立积极的生活态度



远离酒精



马来西亚卫生部带给您的讯息

www.infosihat.gov.my