

**25 сентября 2023 г. —
Всемирный день легких**

Профилактика ХОБЛ

Следите за своим весом - плохо иметь как лишний, так и недостаточный вес

Избегайте дымных, пыльных помещений, регулярно проветривайте свой дом

При приготовлении пищи держите форточку или окно в кухне открытыми или включайте вентиляцию

Ешьте больше овощей и фруктов, пищу, богатую белками - мясо, рыбу, яйца, молоко, фасоль, сою

Легкие
ХОБЛ
НОРМА

УЗ «Шкловский райЦГЭ» 2023г. 50экз.

Берегите себя и своих близких!