На этой неделе расскажем, как важно ответственное отношение к своему здоровью.

Оно включает:
 сбалансированное питание,
 физическую активность,
 мониторинг основных показателей здоровья и своевременное обращение за медицинской помощью,
 соблюдение рекомендаций лечащего врача,
 иммунизацию в рамках Национального календаря профилактических прививок,
 профилактические осмотры и диспансеризацию.

Подробнее о том, как сохранить здоровье на долгие годы, читайте на нашей странице и в Telegram-канале ведомства.