

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.