



Sep 27, 2017

فعاليات صحية حيوية في يوم القلب العالمي

تزامناً مع يوم القلب العالمي، نظمت عيادة شؤون الطلبة في جامعة العين للعلوم والتكنولوجيا بهيئتها في العين يوماً صحياً تحت شعار "غير نهط حياتك ليرتاج قلبك" بالتعاون مع مستشفى NMC، والذي اشتهل على محاضرة توعوية حول كيفية المحافظة على صحة القلب، قدمتها الدكتورة هروة حسن، طبيب عام في مستشفى NMC، والتي ركزت على أهمية وطرق الوقاية من أمراض القلب عن طريق تغيير نهط الحياة من خلال اتباع نظام غذائي صحي، وممارسة الرياضة، وإقامة الصداقات والعلاقات الاجتماعية الإيجابية، والامتناع عن التدخين، إضافة إلى النصائح التي قدمتها للحفاظ على صحة القلب والجسم والوقاية من الأمراض. إلى جانب ذلك، تضمنت الفعالية فحوصات طبية مجانية مثل فحص كتلة الجسم، والضغط والكوليسترول، والسكر.

وتهدف هذه الفعالية إلى نشر الوعي بين الأفراد، وتعزيز صحة القلب والصحة العامة، لأن المفتاح الرئيس للصحة

الجيدة هو القلب الجيد.

رابط الخير