



**T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI**  
HALK SAĞLIĞI  
GENEL MÜDÜRLÜĞÜ



# BÖBREK YAŞAMDIR!



**Düzenli egzersiz yapmak**



**Sağlıklı beslenmek**



**Yeterli su içmek**



**Tuz tüketimini azaltmak**



**Sigaradan uzak durmak**



**Alkolden kaçınmak**

**Böbreğinizi Korur**

