



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
HALK SAĞLIĞI
GENEL MÜDÜRLÜĞÜ



TANSİYONUNUZ KONTROL ALTINDA MI?

Tansiyonunuzu düzenli ölçtürünüz

Sağlıklı besleniniz

Fiziksel aktivite yapınız

Tuz tüketimini azaltınız

İlaçlarınızı düzenli kullanınız

Hekiminize danışınız

önerilerine uyunuz!

