

Düzenli ve Dengeli Beslenin !



KOAH Tedavisi

- Sigara içmenin bırakılması
- Nefes açıcı ilaçların düzenli doğru biçimde kullanılması
- Grip ve zatürre aşılarının yapılması
- Zararlı gaz ve maddelerinin solunmaması, bu ortamlardan uzak durulması

Sağlık için geç kalmadan
doktorunuza başvurunuz !



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
HALK SAĞLIĞI
GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

DÜNYA'DA ve TÜRKİYE'DE
HER 10 KİŞİDEN 2'Sİ
KOAH 'LIDIR.



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
HALK SAĞLIĞI
GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

GARD
Türkiye Herkes İçin Sağlıklı Bir Nefes



TÜRK TORAKS DERNEĞİ

Sağlıklı nefes
yaşam



Düzenli egzersiz yapmak
Düzenli ve dengeli beslenmek
Solunan ortam havasını temiz tutmak
Tütün ve tütün mamüllerini kullanmamak

sizi **KOAH** 'tan korur!