



經費來自菸品健康福利捐

3招逆轉 穩住ABC



① 健康飲食



② 規律運動



③ 定期健檢



低於7%
每3個月檢查1次

A 糖化血色素
A1C



低於 130/80 mmHg

B 血壓
Blood Pressure



低於100 mg/dL
每年至少檢查1次

C 低密度
脂蛋白膽固醇
LDL-Cholesterol

樂活健康養成記



新竹市衛生局 關心您
PUBLIC HEALTH BUREAU, HSINCHU CITY

廣告