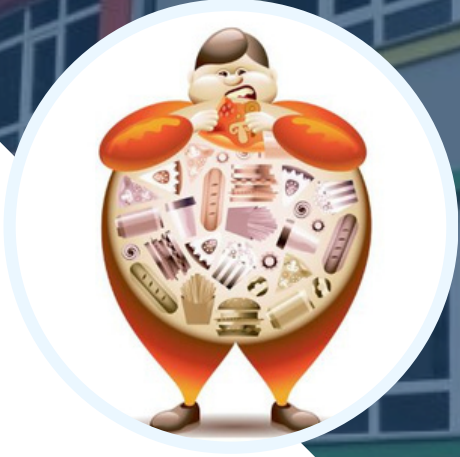


OBEZİTE SORUNLARI



NE YİYORUZ?

NE İÇİYORUZ?

Dünya çapında büyük bir sorun olan obezite artık bize de çok yakın. yediklerimiz ve içtiklerimiz acaba sağlığımız için uygun mu?

Obezite ile bizi neler bekliyor?

Sağlık sahip olduğumuz en büyük servetimizdir



UYKU APNESİ

MİGREN



KOLESTEROL

ASTİM



GUT

DİYABET



KALP HASTALIĞI

NEFES DARLIĞI



DİZ AĞRISI

Obezite birçok hastalık için risk faktörüdür.

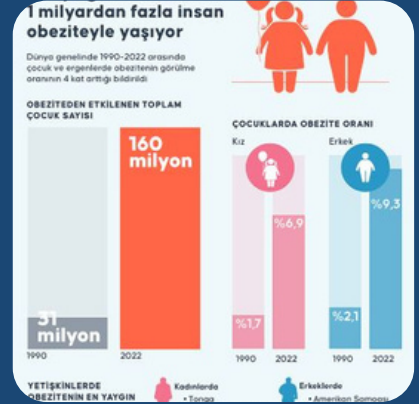


Enfeksiyon
İnme
Hipertansiyon
Kalp Krizi
Damar Sertliği

Diyabet
Safra Kesesi Taşı
Pankreatit
Gastrit
Böbrek Taşı
Karaciğer Yağlanması
Kabızlık

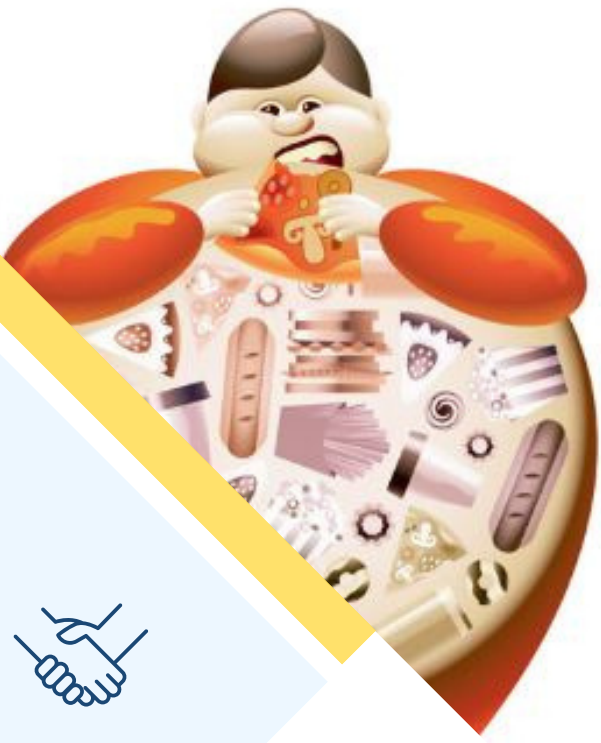
Gut
Kireçlenme
Eklem Bozuklukları
Düz Tabanlık

BİZ NEREDEYİZ?



OBEZİTE!





DAHA SAĞLIKLI BİR YAŞAM İÇİN

YEDİKLERİMİZ BİZİM VE
GELECEĞİMİZ İÇİN ÇOK
ÖNEMLİDİR

HAYAT KALİTENİZİ ARTTIRMAK
İÇİN SAĞLIKLI BESLENİN



HEP BERABER

DAHA SAĞLIKLI
YARINLARA



SPOR YAPALIM



SAĞLIK
KONTROLLERİMİZİ
ZAMANINDA
YAPTIRALIM



ZARARLI GIDALARDAN
UZAK DURALIM

SİZ VE AİLENİZ İÇİN

BUGÜN DAHA SAĞLIKLI
BESLENMEYE KARAR VERİN

- ▶ SAĞLIKLI GIDALAR
- ▶ DÜZENLİ HAREKET
- ▶ TEMİZ HAVA ETKİNLİKLERİ

CEVDET SUNAY MTAL

