

17-23 февраля - Неделя сохранения мужского здоровья



17 февраля стартует неделя сохранения мужского здоровья

Многие мужчины откладывают визиты к врачу, что негативно сказывается на их здоровье. Чтобы быть спокойным за свое здоровье и сохранить его, мужчине достаточно следовать важным пунктам:

1. Вести активный образ жизни. Доказано – это минимизирует все риски заболеваний урологического профиля у мужчин.
2. Ограничить потребления животных жиров – все растет на животных жирах, это по сути «удобрение» для заболеваний.
3. Отказаться от вредных привычек.

Семейная история рака простаты. Если есть рак простаты у отца или старшего брата, то младший брат должен быть обследован детально.

Забойтесь о своем здоровье, проходите ежегодно профилактические обследования .
Берегите себя и будьте здоровы!