

ໂຮກສມອງເສື່ອມ



ໂຮກສມອງເສື່ອມແມ່ນ ຄຳສັບທີ່ກ່າວເຖິງເຊິ່ງພັນລະນາເຖິງກຸ່ມອາການທີ່ສົ່ງຜົນກະທົບຕໍ່ຄວາມຈຳ, ຄວາມຄິດແລະຄວາມສາມາດທາງສັງຄົມ ຈົນເຖິງເວລາທີ່ມັນແຊກແຊງເຂົ້າມາໃນຊີວິດປະຈຳວັນຂອງຄົນເຮົາ.

ອາການແມ່ນຫຍັງ?

ການສູນເສຍຄວາມຊົ່ວຈຳ
ຄວາມແຕກຕ່າງທາງວັທະນາທັມກັບການແກ້ບັນຫາ
ຄວາມສັບສົນໃນສະພາບແວດລ້ອມທີ່ຄົນເຮົາ
ການປ່ຽນແປງຂອງອາລົມແລະພຶດຕິກຳ



ປັດໃຈຄວາມສ່ຽງທີ່ສາມາດປ່ຽນແປງໄດ້

ຂາດການອອກກຳລັງກາຍ
ອາຫານທີ່ບໍ່ແຂງແຮງ
ຄວາມດັນເລືອດສູງ ແລະໄຂມັນທີ່ບໍ່ສາມາດຄອບຄຸມໄດ້
ລະດັບນ້ຳຕານໃນເລືອດ
ການສູບຢາ
ດື່ມເຫຼົ້າຫລາຍ
ວິຕາມິນ ຫຼື ສານອາຫານ

50
ລ້ານ

ຄົນທີ່ເປັນໂລກສະມອງເສື່ອມ ໃນທົ່ວໂລກໃນແຕ່ລະປີມີເກືອບ 10 ລ້ານຄະດີໃໝ່. ເຖິງແມ່ນວ່າຈະກວດຫາໂຮກສມອງໂດຍທົ່ວໄປໃນຜູ້ສູງອາຍຸ, ມັນບໍ່ແມ່ນສ່ວນໜຶ່ງຂອງຄວາມເຖົ້າທີ່ປົກກະຕິ.

LAO
ລາວ-ອາເມຣິກາ

ໃຫ້ບໍລິການກິດຈະກຳປະຈຳວັນ, ເລືອກອາຫານເພື່ອສຸຂະພາບ, ໃຫ້ຄວາມຮູ້ທາງດ້ານສຸຂະພາບ, ແລະຊັບພະຍາກອນຂໍ້ມູນຕ່າງໆ ສຳລັບສມາຊິກຊຸມຊົນທີ່ມີຄວາມສ່ຽງ ຫຼືທຸກທໍລະມານດ້ວຍອາການສະມອງເສື່ອມ ແລະຜູ້ເບິ່ງແຍງພວກເຂົາ.

mi MINNESOTA
LIVE WELL AT HOMESM