

NHS

اسٹیٹنس اور آپ

TheAHSNNetwork



مزید معلوم کرنے کے لیے ملاحظہ کریں
www.heartuk.org.uk





یو کے میں موجود
لاکھوں لوگ

کولیسٹرول کا شکار ہیں جو کہ توازن سے
باہر ہے۔
یہ خاندانی ہوسکتی ہے۔

وزن کم کرنے اور زیادہ فعال رہنے سے آپ کی سطحوں
کو کم کرنے میں مدد مل سکتی ہے، ہم میں سے کچھ
لوگوں کو مدد کے لیے دوا کی بھی
ضرورت ہوتی ہے۔

اسٹیٹن عام طور پر
آزمائے والی پہلی چیز
ہوتی ہے۔



اسٹیٹن
خراب
کولیسٹرول کو صاف کرنے
اور ہمارے جسم کے لیے اسے
پیدا کرنے کو مشکل بنانے میں
مدد کرتے ہیں۔

سر درد یا پٹھوں کے درد کے
بارے میں بات کرنا نہ چھوڑیں۔ یہ
اکثر و بیشتر آپ کی دوا کے علاوہ
کسی اور وجہ کے سبب ہوتے ہیں۔



!انہیں ایک موقع دیں
اس سے آپ کی زندگی بچ
سکتی ہے!



انہیں باقاعدگی سے لیا جانا چاہیے،
دانتوں کو برش کرنے جیسے
معمول میں اسے شامل کرنے کی
کوشش کریں۔



اگر آپ اسٹیٹن نہیں لینا چاہتے ہیں
تو، اپنے صحت کے پیشہ ور فرد سے
بات کریں۔

مختلف اسٹیٹنس یا دوسری
ادویات ہیں
جسے آپ
آزما سکتے
ہیں۔

