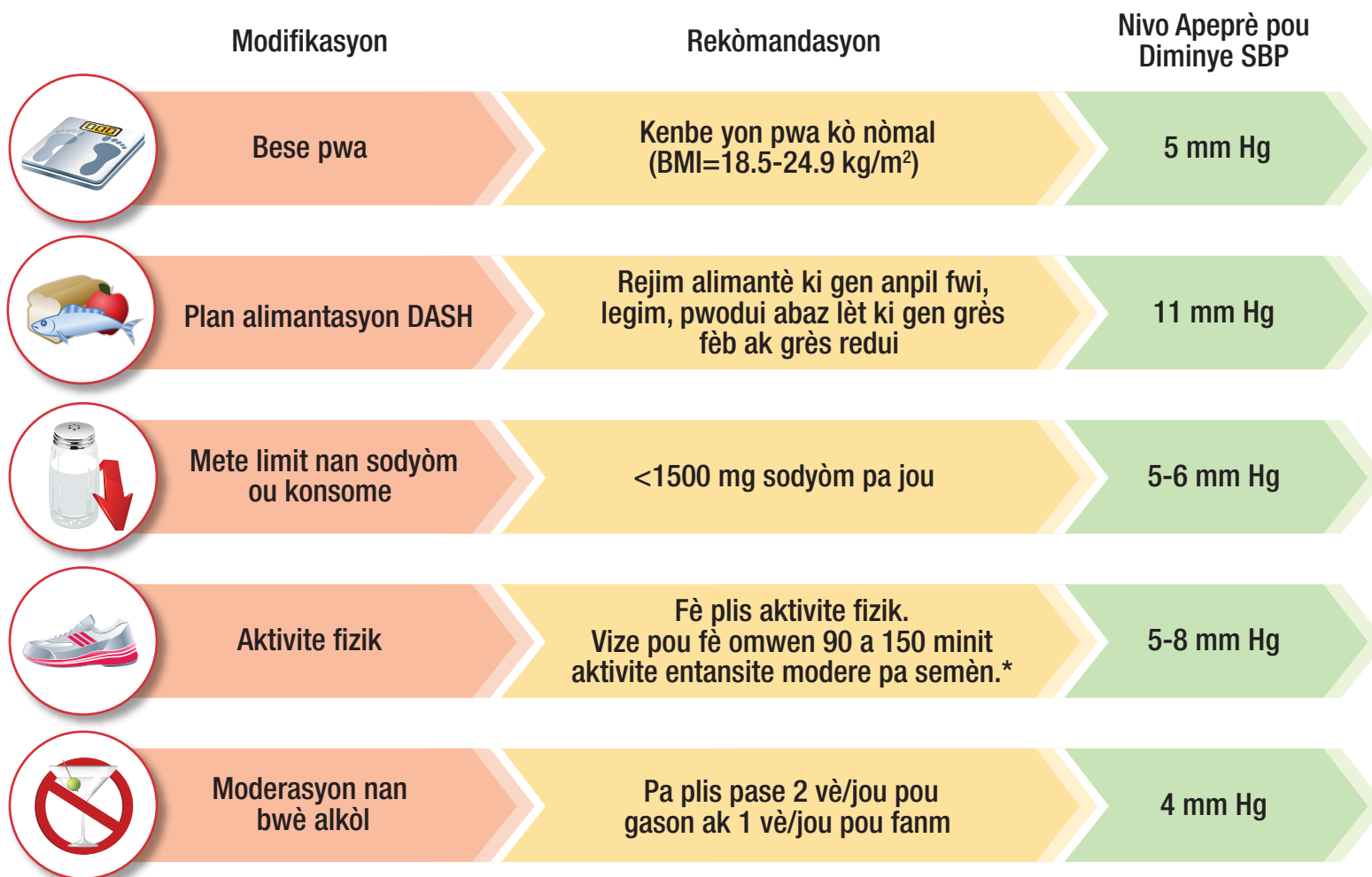


Kisa Mwen Ka Fè Pou Amelyore Tansyon Wo Mwen?

TARGET: **BP**[™]



*Granmoun yo ta dwe tou fè aktivite pou ranfòse misk yo 2 jou pa semèn oswa plis.

BP = Tansyon, BMI = Endèks kò mas, SBP = Tansyon sistolik, DASH = Metòd Alimantè pou Sispann Tansyon Wo

Meyè Entèvansyon Non-famakolojik ki fè Prèv yo pou Prevansyon ak Tretman Ipètansyon
Selon Machaswiv 2017 pou Pratik Klinik sou Ipètansyon