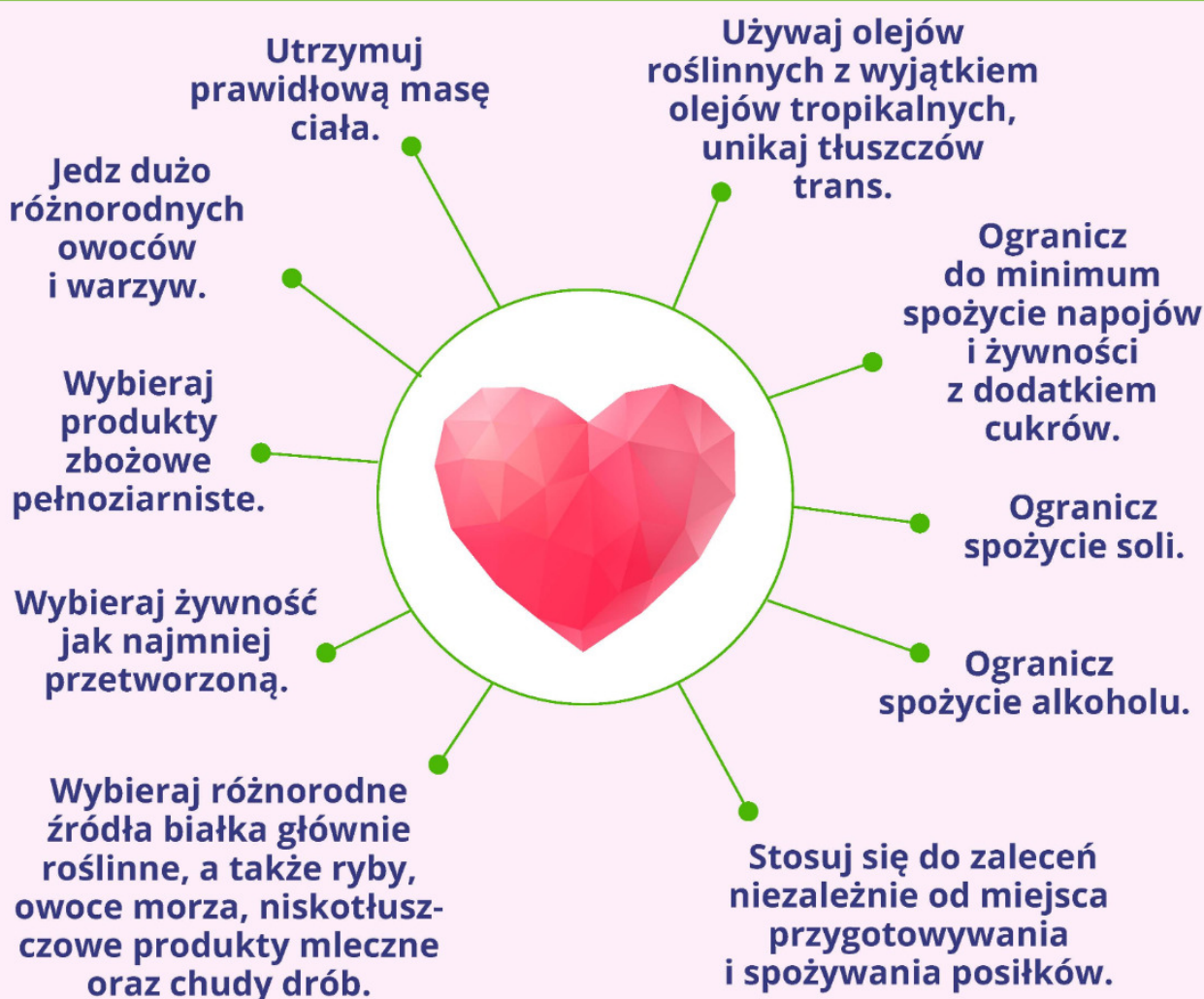


10 zasad dla zdrowego serca

Zadbaj o swoje serce, żeby było mu lżej z Tobą żyć. Zacznij od dobrego jedzenia – serce odwdzięczy się długim zdrowiem

Choroby kardiologiczne są jedną z głównych przyczyn problemów zdrowotnych – co roku umiera z tego powodu około 178 tys. Polaków. Zaburzenia układu sercowo-naczyniowego są najczęstszą przyczyną śmierci na świecie. Warto zadbać o swoje serce.

10 zasad dla zdrowego serca



*Na podstawie wytycznych American Heart Association (AHA) z 2021 roku"