

# 與醫師有約健康講座

主題: **血壓偏高與生活習慣調整**

時間:

**3月03日(星期二)**

**11:10 - 12:10**

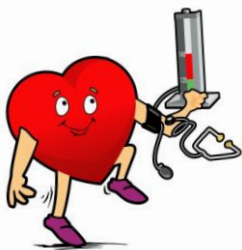
地點: 環境學院一樓演講廳

主講者:

**林冠宏 醫師**

內容:

包括高血壓預防的重要性, 其相關影響因素, 對現代人生活習慣及飲食預防的建議, 對已經有高血壓的師生教導如何面對及處理, 介紹相關 APP 應用, 示範血壓計的使用



主辦單位: 學務處衛生保健組  
連絡電話: (分機) 2254 許護理師