

心血管护理与肥胖

心脏健康受多种因素影响, 包括体重。肥胖是一种受遗传、环境和行为影响的慢性疾病, 综合管理这些因素有助于维护整体心血管健康。



您可能还患有其他一些会增加心血管疾病风险的疾病:



2 型糖尿病



高血压



高胆固醇



慢性肾病

肥胖人士可以通过以下方式维护心脏健康:



优化饮食模式



增加体育活动



支持心理健康



适当使用肥胖治疗药物



考虑进行代谢或减重手术



管理血糖



管理血压



管理胆固醇和甘油三酯

与您的医疗团队讨论以下内容:



- 根据您的健康需求、偏好和目标量身定制的计划
- 对您最重要的心脏健康目标
- 既能促进健康又适合您日常生活的策略
- 药物或其他治疗方法是否能帮助您实现目标
- 与能够为您提供健康支持的医疗专业人员和资源建立联系