

「預防三高 現在就行動！」



心臟病、腦中風、糖尿病、洗腎
多由三高(高血壓、高血脂、高血糖)造成

掌握 三高數據

成人健檢、勞工健檢、公教健檢、
自費健檢皆可檢驗血壓、血脂、血糖數值，
健檢資料請同意上傳健康存摺

了解 罹患三高 相關疾病風險

科學算病館—慢性疾病風險評估平台
(注意血壓、血脂、血糖異常情況)



科學算病館

遠離 三高危險因子

戒菸、維持理想體重、均衡飲食、
規律運動、節酒

健康臺灣「888計畫」

積極將8成三高病患加入照護網、讓8成加入照護網的人接受生活習慣諮詢、讓三高控制率可以達到8成



衛生福利部國民健康署

Health Promotion Administration, Ministry of Health and Welfare

本經費由菸品健康福利捐支應 廣告