एक **वांछित हृदय** एक **स्वस्थ** हृदय है

HEALTHY AAPIS IN DC

दक्षिण एशियाई अमेरिकी:

अधिकांश जनसंख्या की तुलना में इनमें हृदय रोग का 4 गुना ज्यादा जोखिम होता है
गोरे लोगों की तुलनामें इनमें हृदय रोग से होने वाली मृत्यु दर उच्च है
अन्य जातीय आबादी की तुलना में हृदय आघात से मृत्यु की दर 3 से 5 गुना अधिक ह

BLOW HORN

हृदय

ठीक

स्वस्थ

रात में डिप्पर उपयोग करें

«« माल वाहक »»

दक्षिण एशियाइयों को क्यों खतरा अधिक है:

- उच्चतर उदर मोटापा
- इंसुलिन प्रतिरोध
- आनुवंशिक और पर्यावरणीय प्रभाव

विशेष रूप से दक्षिण एशियाई लोगों में शारीरिक वसा का स्तर विशेष रूप से उच्च होता है और उनमें उदर मोटापा विकसित होने की प्रवृति अधिक होती हैं,जो टाइप 2 मधुमेह और हृदयरोग के लिए बहुत ही उच्च जोखिम का कारण हो सकता है।

दक्षिण एशियाइयों में जोखिम को कैसे कम कर सकते हैं:

- शैक्षिक रोगी और स्वास्थ्य पेशेवर
- स्वस्थ जीवन शैली
- जोखिम वाले कारकों की जल्दी पहचान
- लक्षित औषधीय चिकित्सा

HAAPIDC के APPI के जीवन की गुणवत्ता में सुधार लाने की एक स्वास्थ्य संवर्धन पहल है। इस पहल के बारे में अधिक जानकारी और सूचना के स्रोतों के लिए कृपया apia.dc.gov पर विजिट करें या neel.saxena@dc.gov पर नील सक्सेना से संपर्क करें

APIA
DC Mayor's Office on Asian and Pacific Islander Affairs

WE ARE WASHINGTON DC