ప్రకాశం జిల్లా తేది:*28.09.2024*

మన హృదయ శ్రేయస్సే మనకు దీర్ఘాయుష్షు :ప్రకాశం జిల్లా ఎస్పీ శ్రీ ఏఆర్ దామోదర్ ఐ.పి.యస్ గారు.

ప్రపంచ హృదయ దినోత్సవం సందర్భంగా అవగాహన ర్యాలీ నిర్వహించిన ప్రకాశం పోలీసులు మరియు కిమ్స్ హాస్పిటల్ వైద్యులు.

గుండె పరిరక్షణకు అందరూ ఆరోగ్యకరమైన జీవనశైలిని అనుసరించాలి: ప్రకాశం జిల్లా ఎస్పీ గారు. ప్రతీ ఒక్కరూ తమ గుండెను ఆరోగ్యంగా ఉంచుకుంటే ఎక్కువ కాలం జీవించవచ్చని జిల్లా ఎస్పీ గారు పేర్కొన్నారు. తేదీ:*29.09.2024* న ప్రపంచ హృదయ దినోత్సవం సందర్భంగా జిల్లా పోలీస్ శాఖ & కిమ్స్ హాస్పిటల్ వారి ఆధ్వర్యంలో జిల్లా పోలీస్ కార్యాలయం నుండి సాగర్ సెంటర్, కొత్త కూరగాయల మార్కెట్, గాంధీ పార్క్, మంగమూరు జంక్షన్ మీదగా పోలీస్ కళ్యాణ మండపం వరకు నిర్వహించిన 3k వాక్ & రన్ ర్యాలీలో జిల్లా ఎస్పీ గారు పాల్గొని జెండా ఊపి ర్యాలీని ప్రారంభించారు.

ఈ సందర్భంగా జిల్లా ఎస్పీ గారు మాట్లాడుతూ "వరల్డ్ హార్ట్ డే" నాడు ఈ కార్యక్రమం ప్రజలకు హృదయ ఆరోగ్యంపై అవగాహన పెంచేందుకు, హృదయ సంబంధిత వ్యాధుల నివారణకు మరియు ఆరోగ్యకరమైన జీవనశైలిని ప్రోత్సహించేందుకు దోహదపడుతుందని అన్నారు. ప్రపంచవ్యాప్తంగా చాలా మంది మృతికి దారితీసే ముఖ్యమైన కారణాల్లో హృదయ సంబంధిత వ్యాధులు ఒకటని, ఇటీవల కాలంలో చిన్న,పెద్ద తేడా లేకుండా ప్రతి ఒక్కరికి గుండెపోటు రావడం జరుగుతుందని, ప్రపంచంలో ప్రతి ఏడాదీ చాలా మంది హృదయ సంబంధిత సమస్యలతో బాధపడుతున్నారని, కావున అందరూ బ్లడ్ ప్రెషర్, షుగర్ మరియు కొలెస్ట్రాలు లెవెల్స్ సాధారణ స్థాయిలో ఉండేలా చూసుకుంటే హృదయ వ్యాధుల ప్రమాదాన్ని తగ్గించుకోవచ్చన్నారు. గుండె ఆరోగ్యకరమైన స్థితిలో ఉంచడానికి ఆరోగ్యకరమైన జీవనశైలిని, ఆహార పద్ధతులు అవలంబించడం, ప్రతిరోజు తగిన వ్యాయామం చేయడం, సరైన నిద్ర, మానసిక ఆరోగ్యం ఉండేలా చూసుకోవడం, ఒత్తిడికి లోనుకాకుండా చూసుకోవాలన్నారు. హృదయనాళ సమస్యలు తరిమికొట్టడానికి డాక్టర్ల సలహా మేరకు హృద్రోగ పరీక్షలు చేయించుకుని గుండె ఆరోగ్యంగా ఉండేలా తగిన జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలని సూచించారు.

ఈ వాక్ & రన్ లో అడిషనల్ ఎస్పీలు యస్.వి.శ్రీధర్ రావు, కె.నాగేశ్వరరావు, ఏఆర్ అడిషనల్ ఎస్పీ అశోక్ బాబు, ఒంగోలు డిఎస్పీ ఆర్.శ్రీనివాసరావు, ఏఆర్ డిఎస్పీ చంద్ర శేఖర్, ఎస్బి ఇన్స్పెక్టర్ రాఘవేంద్ర, కిమ్స్ ఎక్సిక్యూటివ్ డైరెక్టర్ టి. గిరి నాయుడు, చీఫ్ ఆపరేటింగ్ ఆఫీసర్ అంకిరెడ్డి, మెడికల్ సూపరింటెండెంట్ శ్రీహరి రెడ్డి, వైద్యులు హరీష్, లక్ష్మణ్ రెడ్డి, కపిల్ కార్తికేయ రెడ్డి, ఆనంద్ యాదవ్, పోలీస్ యూనిట్ డాక్టర్ భానుమతి, ఆర్ఐలు రమేష్ కృష్ణన్, రమణా రెడ్డి, సీతారామరెడ్డి, పోలీస్ సిబ్బంది, కిమ్స్ నర్సింగ్ కాలేజీ మరియు క్విజ్ కాలేజీ విద్యార్థులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

KIMS
Power Your Life with a Healthy Heart
WORLD HEART DAY

WORLD HEART DAY
KIMS

KIMS
Power Your Life with a Healthy Heart
WORLD HEART DAY