

CÁCH ĐƠN GIẢN GIÚP PHÒNG ĐỘT QUÝ DO NẮNG

Tránh ra ngoài trời khi nắng gắt giữa ngày, cố gắng uống đủ nước dù ít cảm giác khác, đeo kính chống chói mắt... là những điều người cao tuổi cần lưu ý trong mùa nắng để hạn chế nguy cơ đột quỵ

Những cách dưới đây giúp bạn phòng ngừa đột quỵ trong mùa nắng

Nên thoa kem chống nắng sớm và thường xuyên

Nhớ đeo kính vì mắt của người cao tuổi rất nhạy cảm