

# Porte aperte in Nefrologia

Giovedì 14 marzo

dalle ore 9,00 alle ore 13,00

Ambulatori Dialisi - 3° Piano  
Ospedale Verduno

In occasione della giornata Mondiale del Rene,  
sarà possibile partecipare **gratuitamente** e **senza prenotazione**  
alle **attività di screening** (visita, misurazione pressione arteriosa, esame urine)  
organizzate dalla Struttura di Nefrologia e Dialisi dell'Ospedale Michele e Pietro Ferrero di Verduno

## 8 semplici regole per proteggere la salute dei tuoi reni



- Mantieniti attivo e in forma
- Segui una dieta sana e bilanciata
- Controlla i livelli di zucchero nel sangue
- Controlla la pressione sanguigna
- Non fumare
- Mantieni un corretto e regolare apporto di liquidi
- Non assumere farmaci se non su indicazione del medico
- Mantieni sempre sotto controllo la funzione renale se hai uno o più dei fattori di rischio

Giornata  
Mondiale  
del Rene

14 MARZO 2024