

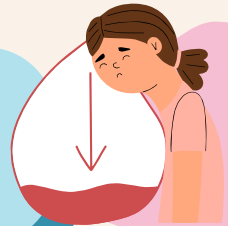


#HERSelfcare



WRA perlu lebih peka terhadap kesihatan dirinya demi kualiti hidup yang lebih baik. Langkah awal adalah dengan melakukan pemeriksaan sendiri dan saringan kesihatan. Ini adalah kaedah terbaik membantu mengesan sebarang masalah kesihatan.

Antara masalah kesihatan yang sering dihadapi oleh wanita adalah seperti masalah berat badan, masalah Anemia, masalah kekurangan nutrien, penyakit kronik dan juga masalah pemakanan berkaitan psikologi seperti anoreksia nervosa, bulimia nervosa dan gangguan makan berlebihan (*binge eating*).



INISIATIF #HERSELF CARE



1

Mempergiatkan usaha memberi kesedaran kepentingan pemeriksaan sendiri dan saringan kesihatan kepada WRA.



2

Mempergiatkan kerjasama program komuniti dalam menjalankan saringan mengenali simptom masalah Anemia, ujian hemoglobin, berat badan dan advokasi pemakanan wanita bersama *NutritionistKKM*.



3

Menjalankan sesi libat urus kepada ahli farmasi komuniti untuk menyediakan khidmat saringan hemoglobin dalam darah di farmasi komuniti.