අද ඔබ නිරෝගී කාන්තාවක්,

හෙටත් එසේ නිරෝගීව සිටීම ඔබේ ප්‍රාර්ථනාව වන බව නිසැකයි.

එහෙත් ඔබ දන්නවාද?

- ඔබ වැනි ශ්‍රී ලාංකික කාන්තාවන් අතර සුලබම පිළිකා තත්වය වන **පියයුරු පිළිකාවෙන්** වර්ෂයකට **1000** ක් මියයන බව

- ශ්‍රී ලාංකික කාන්තාවන් අතර දෙවන සුලබම පිළිකා තත්වය වන **ගැබ්ගෙළ පිළිකාවෙන්** වර්ෂයකට කාන්තාවන් 700 ක් පමණ මිය යන බව

එසේම ඔබ දන්නවාද?

අප ශ්‍රී ලාංකිකයන් 100 දෙනකු අතරින්

- 15 දෙනකු දියවැඩියාවෙන්
- 20 දෙනකු අධික රුධිර පීඩනයෙන් පෙළෙන බව

යම් ලෙසකින් මෙවැනි රෝග තත්වයක් ඔබටද වැළඳුනහොත්, සුවපත් අනාගත ජීවිතයක් පිළිබඳව වූ ඔබගේ ප්‍රාර්ථනා බිඳ වැටේවිද?

එහෙත් එය එසේ වියයුතු නැත

මෙම සියළුම රෝග තත්වයන්ගෙන් වැළකීමට හෝ යම් ලෙසකින් දැනටමත් එවැනි රෝග තත්වයක් ඇත්නම් එය මුල් අවධියේ හඳුනාගෙන පාලනය කර ගැනීමට හෝ ඔබටම අවස්ථාව සැලසී ඇත.

ඒ සඳහා ඔබ කළ යුත්තේ ඔබගේ **සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී කාර්යාලය** මගින් පවත්වන **සුවනාරි සායනයට** පැමිණ එහි සේවාව ලබා ගැනීමයි.

සුවනාරි සායනයේදී සෞඛ්‍ය කාර්ය මණ්ඩලය ඔබව පරීක්ෂා කර බලා යම් රෝග තත්වයක් ඇතිනම් හෝ එවැන්නක් පිළිබඳ අනාගත අවදානමක් පවතින බව පෙනේ නම් එම රෝග තත්වය

- වළක්වා ගැනීමට
- මුල් අවධියේ හඳුනාගැනීමට
- සුව කිරීමට
- පාලනය කිරීමට

අවශ්‍ය ක්‍රියා මාර්ග, ප්‍රතිකර්ම සහ උපදෙස් **නොමිලයේම** සපයනු ඇත.

සුවනාරි සායනයෙන් සැලසෙන සේවාවන්.........

01 සාමාන්‍ය කායික පරීක්ෂාව සහ **රුධිර පීඩනය** මැනීම

02 දියවැඩියාව රෝගය සඳහා **රුධිර ගත සීනි** පරීක්ෂා කිරීම

03 **පෝෂණ තත්වය** (BMI) බැලීම