

高血壓管控 (Hypertension Management) (2堂課)



免費課程。報名參加我們的線上健康課程，以實現您的健康目標。在這個兩堂課的課程中，我們一起學習如何透過飲食、運動和壓力管理來降低血壓。此外，學習如何在家中監測血壓。

請致電登記留座：

加入我們的行列，參加這二堂課：

(562) 580-6109，辦公時間為週一至週五上午

8:30點至下午5:00點。

如需更多資訊，請致電客戶服務部：

(800) 452-4413 (聽障和語障專線：711)，辦公

時間為每週7天上午8:00點至晚上8:00點。