

# 怎样使 你的心脏保持 健康



International **IMS**  
Menopause Society  
促进中年女性健康的教育和研究

## 心脏健康至关重要

尽管绝经是一个自然发生的过程，但激素和其他方面的变化会导致心脏疾病。降低你的风险因素；  
一个“快乐”的心脏才是健康的心脏。

想了解更多请访问 [www.imsociety.org](http://www.imsociety.org)

国际绝经学会地址：PO Box 751, Cornwall TR2 4WD  
电话：+44 01726 884 221 邮箱：leetomkinsims@btinternet.com