



Stroke Services Improvement

Supported by the Ministry of Health

STEP AHEAD OF STROKE. AMBIL LANGKAH MENDAHULUI ANGIN AHMAR.

THINK **F.A.S.T.** TO SPOT STROKE.
BERFIKIR **F.A.S.T.** UNTUK MENGESAN ANGIN AHMAR.



Face drooping
Muka melendut



Arm weakness
Kelemahan lengan



Speech difficulty
Kesukaran bertutur



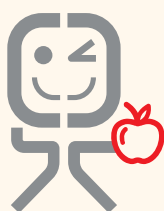
Time to call 995
Masa untuk hubungi 995

CALL **995** WHEN YOU SPOT ANY SYMPTOMS OF STROKE.
HUBUNGI **995** APABILA ANDA MENGENALI SEBARANG TANDA-TANDA ANGIN AHMAR.

BE **S.M.A.R.T.** TO PREVENT STROKE.
JADILAH **S.M.A.R.T.** UNTUK MENCEGAH ANGIN AHMAR.



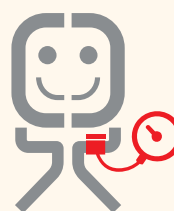
Smoke-free living
Hidup bebas dari asap rokok



Meals that are healthy
Makan makanan yang sihat



Active lifestyle
Kekal aktif



Regular health screening
Jalani pemeriksaan kesihatan secara tetap



Take prescribed medications
Ambil ubat yang ditetapkan

LEAD A HEALTHY LIFESTYLE.
JALANI GAYA HIDUP SIHAT.

**EVERY CHOICE
SETIAP PILIHAN**

**A STEP AHEAD OF STROKE.
SUATU LANGKAH PENCEGAHAN ANGIN AHMAR.**

Most strokes can be prevented. Stay a step ahead of stroke by living a **s**moke-free life, eating healthy **m**eals, staying **a**ctive, going for **r**egular health screening and **t**aking prescribed medications.

Kebanyakan angin ahmar boleh dicegah. Kekal selangkah di hadapan angin ahmar dengan menjalani kehidupan yang bebas dari asap rokok, makan makanan yang sihat, kekal aktif, lakukan pemeriksaan kesihatan secara tetap dan jangan lupa mengambil ubat anda ditetapkan.

**BE
STROKE
SMART**