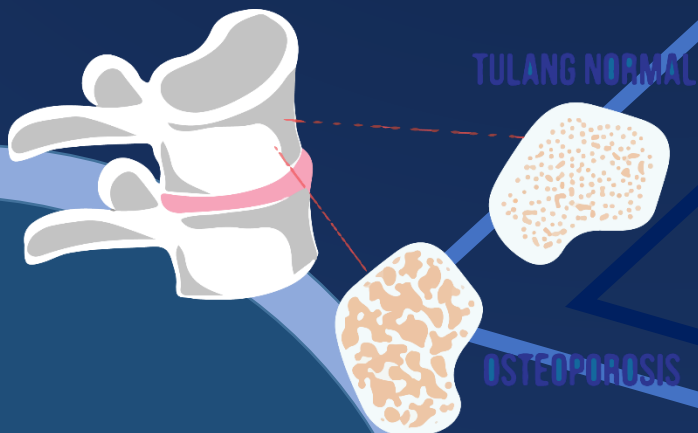


YUK MENGENAL OSTEOPOROSIS

OSTEOPOROSIS ADALAH TULANG
KROPOS YAITU PENYAKIT
DIMANA KEPADATAN DAN
KUALITAS TULANG BERKURANG

TULANG BAGIAN MANA
PADA TUBUH MANUSIA
YANG BERESIKO TERJADI
PENGEROPOSAN ?

- TULANG RAHANG
- TULANG LENGAN
- TULANG PERGELANGAN
TANGAN
- TULANG PUNGGUNG
- TULANG PAHA



CARA MENCENGAH
OSTEOPOROSIS

1. KONSUMSILAH LEBIH BANYAK
KALSIMUM
2. PILIHLAH SUMBER KALSIMUM
DARI MAKANAN
3. KONSUMSILAH LEBIH BANYAK
VIT-D