

Nama : _____ Kelas : _____

Tajuk : Petunjuk Awal (Sakit Jantung dan Asma)

Aktiviti : Lengkapi Peta Pokok di bawah dengan pilihan jawapan yang sesuai

Elakkan berada di kawasan berasap dan berhabuk	Menjaga kebersihan diri	Salur darah sempit dan tersumbat	Kurangkan pengambilan makanan yang berlemak
Pengambilan makanan yang berlemak secara berlebihan	Keradangan salur pernafasan	Sakit Dada	Alahan kepada habuk, asap dan bulu binatang
	Sesak Nafas	Sukar bernafas dan tercungap-cungap	
	Batuk	Lakukan senaman secara berkala	

