

ज़िंदगी की धड़कनों को सुनने के लिए बस ध्यान से सुनना ज़रूरी है...



हार्ट वाल्व रोग बिना किसी स्पष्ट संकेत के धीरे-धीरे विकसित हो सकता है, और हार्ट मर्मर (हृदय की असामान्य ध्वनि) इसका पहला संकेत हो सकता है।

यदि आपको साँस फूलना, लगातार थकान या चक्कर आने जैसे लक्षण महसूस हों, तो अपने डॉक्टर से स्टेथोस्कोप द्वारा हृदय की जाँच कराने के लिए कहें।

अपने दिल की सुनिए।
हार्ट मर्मर (हृदय की असामान्य ध्वनि) पर ध्यान दें।

अपने दिल
की सुनो

