



# HATI - HATI MENJAGA HATI

## Tips Menjaga Kesehatan Hati (Liver)

Hati merupakan organ yang tergolong dalam sistem pencernaan. Organ ini berperan penting dalam detoksifikasi (membuang zat racun dalam tubuh), sintesis protein, dan juga produksi bahan kimia untuk proses pencernaan. Hati merupakan organ yang memiliki kemampuan meregenerasi diri apabila terjadi kerusakan pada selnya. Namun kerusakan skala besar dapat menghambat kemampuan hati dalam regenerasi yang akan berakibat pada kondisi kesehatan tubuh secara keseluruhan. Itulah alasan kesehatan hati perlu dijaga sejak dini, dan dapat dilakukan melalui beberapa tips berikut :

### MENJAGA KESEHATAN HATI



Hindari rokok  
dan alkohol

Makan bergizi  
dan seimbang



Tubuh tercukupi  
air putih per hari

Hati-hati dalam  
konsumsi obat



*Konsultasikan kesehatan anda  
hanya di RSU Queen Latifa Yogyakarta*

Informasi & Pendaftaran: ☎️ (0274) 581402 📞 085658645555