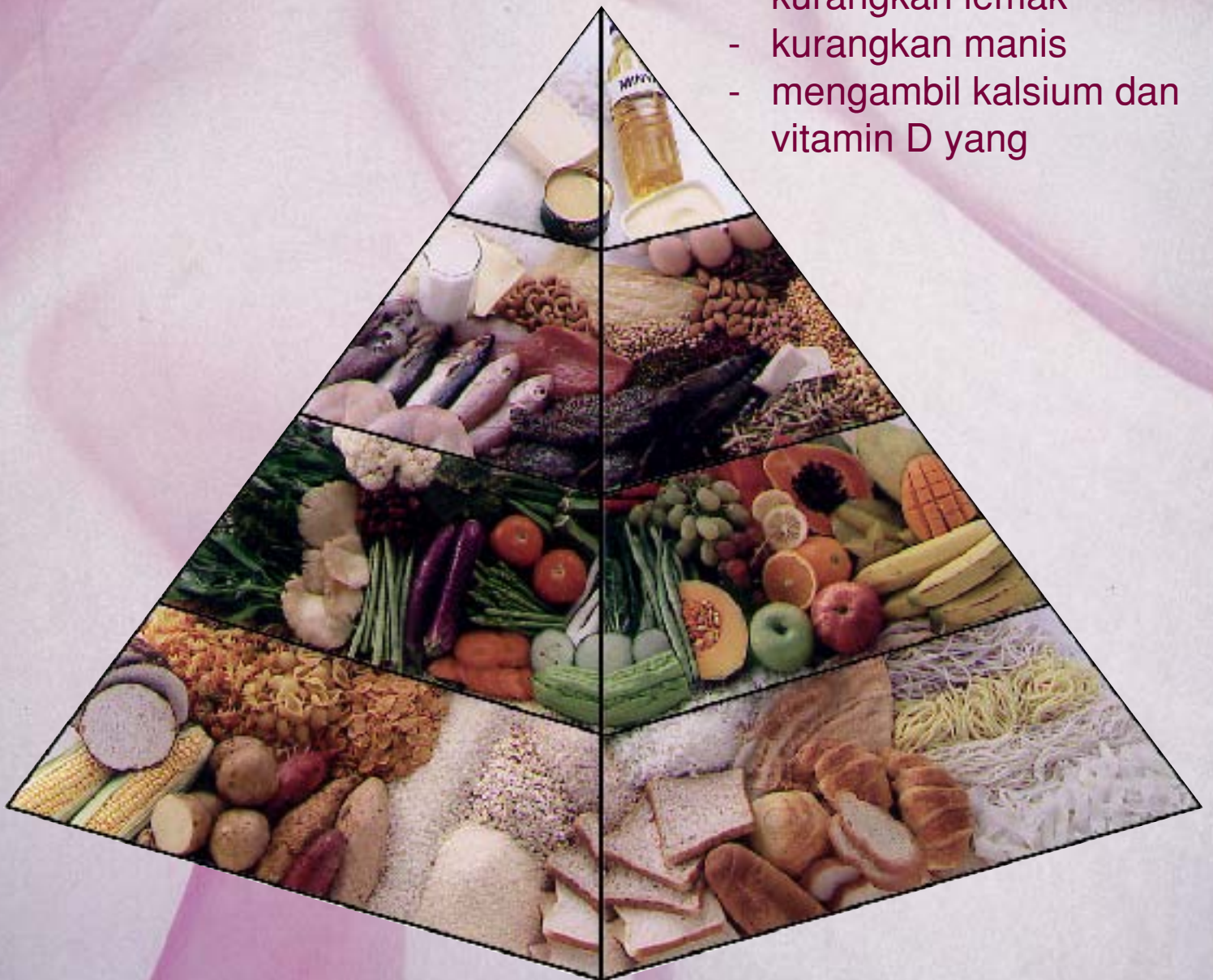


# Panduan untuk Pesakit SLE

## Pemakanan

- Kenali makanan yang sesuai dengan sistem pertahanan tubuh masing-masing
- Makan makanan seimbang dan berkhasiat
- Mengamalkan cara pemakanan sihat seperti :
  - kurangkan garam
  - kurangkan lemak
  - kurangkan manis
  - mengambil kalsium dan vitamin D yang



PIRAMID MAKANAN