

NEWS LETTER

2021년 6월29일 VOL4 | www.procagen.com | procagen1@procagen.com

프로카젠 소식

프로카젠,
넥스트라운드 액트너랩 IR 발표 진행

남성질환 건강상식

방광염은 요로계의 해부학적, 기능적 이상 없이 세균이 침입하여 발생한 감염으로 인해 염증이 방광 내에 국한되어 나타나고 다른 장기에는 염증이 없는 질환입니다.

HOT ISSUE

전립선암 최신정보

전립선암 조기진단율을
높일 열쇠는 바로 이것! ✨



청년 의사 2021-06-09



INFORMATION

암을 예방하는 생활습관

전립선비대증 늦춰주는 생활습관,
기억하세요 ✨

헤럴드경제 (2021-06-15)

"유산소·근력 운동 병행하면
대사증후군 발생 위험 40% 감소" ✨

세계일보 (2021-06-19)

40세 이상이라면
'건강을 위해 멈춰야 할 3가지 습관' ✨

하이닥 (2021-06-09)

'고혈압·당뇨병·암환자가
적극적으로 백신 맞아야 할 이유' ✨

중앙일보 (2021-06-07)



LIFESTYLE 건강을 위한 생활지침서

- | 식단 | 균형잡힌 영양소와 자극적이지 않은 식단으로 규칙적인 식사를 하세요.
- | 운동 | 개인의 연령과 건강 상태에 적합한 운동을 주 3회 이상 규칙적으로 시행해보세요.
- | 흡연습관 | 단계적인 금연을 시작해보세요. 흡연은 암 뿐만 아니라 여러가지 질병의 주원인입니다.
- | 음주습관 | 과도한 음주는 간암, 위암 뿐만 아니라 알콜성 치매 등 다양한 질병의 원인입니다.
- | 수면습관 | 신체적, 정신적 건강을 위해 나만의 규칙적인 수면 루틴을 만들어 보세요.
- | 스트레스 | 명상을 규칙적으로 하면 신체 감각과 생각 및 감정을 더 잘 관리할 수 있습니다.