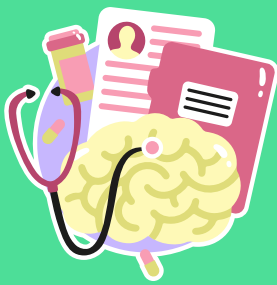


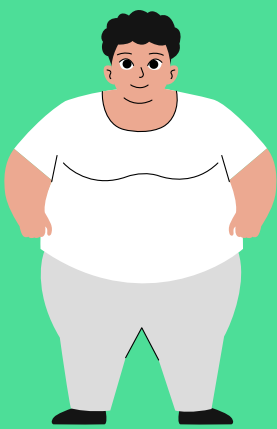
MASALAH KESEHATAN YANG RENTAN MENYERANG REMAJA

1. GANGGUAN KESEHATAN MENTAL



Gangguan kesehatan mental pada remaja adalah masalah serius yang memerlukan perhatian dan intervensi yang tepat. Dengan memahami jenis, penyebab, dan gejala gangguan ini, orang tua, pendidik, dan tenaga medis dapat berperan dalam mendukung kesehatan mental remaja

2. KEGEMUKAN (OBESITAS)



Kondisi terjadinya penumpukan lemak dan tubuh akibat jumlah kalori yang masuk lebih banyak dibandingkan kalori yang dibakar. Pengidap obesitas dapat mengalami kecemasan, depresi, gangguan kepercayaan diri.

3. ANEMIA



Ketika tubuh kekurangan sel darah merah yang sehat, khususnya pada remaja putri harus diwaspadai karena berisiko menyebabkan masalah kesehatan ketika hamil.

4. DIABTES



Remaja juga rentan mengalami diabetes, apalagi kalau gaya hidupnya suka mengonsumsi minuman manis dan makanan cepat saji. Jarang berolahraga juga memicu diabetes.