www.worldosteoporosisday.org

摄取营养
强健骨骼

日常摄取富含钙质、维生素D
和蛋白质的食物，建立并维持
终身强健的骨骼。

International Osteoporosis Foundation
国际骨质疏松基金会

世界骨质疏松日
10月20日

呵护你的骨骼

#LoveYourBones