С 3 февраля по 9 февраля – Неделя профилактики онкологических заболеваний, приуроченной к Всемирному дню борьбы против рака

Рак остается одной из ведущих причин смерти в мире, унося ежегодно миллионы жизней. Высокая смертность часто связана с поздней диагностикой опухолей, поскольку пациенты не спешат обращаться за медицинской помощью. Но, по статистике, именно своевременная диагностика, позволяющая выявить заболевание на ранней стадии, спасает 90% больных. Эти люди успешно излечиваются и продолжают жить долгие годы в состоянии ремиссии.

Регулярные профосмотры и диспансеризация – ключ к раннему выявлению онкологических заболеваний. Не забывайте проходить медицинские обследования!

Лучшей профилактикой заболеваний является ведение здорового образа жизни, а именно:

– Откажитесь от курения и алкоголя

– Соблюдайте правильное питание

– Поддерживайте здоровую массу тела

– Занимайтесь регулярной физической активностью

Особое внимание стоит уделить раку шейки матки – это один из наиболее распространенных видов рака, поражающих женщин. А также это единственный тип рака, который можно предотвратить при помощи вакцинации (прививка от ВПЧ-вируса папилломы человека).

Подробнее о мерах профилактики смотрите в карточках
⠀
Не игнорируйте даже малейшие признаки рака. Будьте здоровы!