

Światowy Dzień Walki z Rakiem - 4 lutego

Światowy Dzień Walki z Rakiem został ustanowiony na Światowym Szczycie Walki z Rakiem zorganizowanym pod egidą prezydenta Francji i dyrektora generalnego UNESCO w lutym 2000 roku w Paryżu.

Najważniejszym celem tego dnia jest zwrócenie uwagi społeczeństwa na profilaktykę nowotworową. W walce z nowotworem najcenniejszy jest czas, dlatego regularne badania są tak bardzo istotne.

Jak szacuje WHO, co najmniej jednej trzeciej wszystkich przypadków zachorowań na raka można zapobiec, a profilaktyka chorób nowotworowych zwiększa szanse skutecznego zwalczania nowotworów. Istnieje też coraz większa zależność między rosnącą zapadalnością na raka a stylem życia, odżywianiem a nadwagą. Dlatego tak ważne jest, aby oprócz badań kontrolnych zwrócić szczególną uwagę na swoje zdrowie na co dzień tj. codzienne przyzwyczajenia dietetyczne, zwiększenie aktywności fizycznej, unikanie tytoniu i alkoholu.