С 30 января по 5 февраля 2023 года проходит Всероссийская неделя профилактики онкологических заболеваний в рамках Международного дня борьбы против рака, который весь мир ежегодно отмечает 4 февраля.

Диагностировать онкологические заболевания возможно с помощью регулярных профосмотров и диспансеризации. Вместе с тем, лучшей профилактикой заболеваний является ведение здорового образа жизни, а именно:

- отказ от вредных привычек;

- приверженность правильному питанию;

- поддержание массы тела и борьба с ожирением;

- регулярные физические нагрузки.

Раннее выявление онкологических заболеваний позволяет оказать наиболее эффективной лечение.

Многие факторы риска относятся к поведенческим и могут быть скорректированы.

#дниздоровьяволочек

