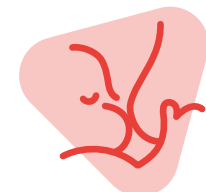


ZAŠTO DOJENJE SMANJUJE RIZIK OBOLIJEVANJA OD RAKA DOJKE?

S obzirom na to da većina karcinoma dojke ovisi o hormonima, korisni učinci dojenja mogu se objasniti izmjenama strukture dojke i nižom doživotnom izloženošću hormonima kod majke.

Što mogu učiniti?



Preporučuje se dojiti djecu, bez davanja ikakve druge hrane ili pića, do dobi od oko 6 mjeseci. Nakon toga razdoblja dojenje se preporučuje u kombinaciji s prikladnim vrstama i količinama druge hrane.



Što dulje dojite, to je rizik manji.



Dojenje smanjuje rizik obolijevanja od raka majke. Ako možete, dojite svoje dijete.

Savjeti za poduzimanje mjera

1

Saznajte više o dojenju i njegovim prednostima tijekom trudnoće i nakon poroda.

2

Osvijestite se svojih prava na dojenje.

3

Dojite i potražite podršku ako imate poteškoća.

4

Dojenje može biti izazovno. Usredotočite se na prednosti dojenja za sebe i svoju bebu kako biste mogli nastaviti.

5

Neke majke ne mogu dojiti zbog raznih razloga. Nemojte se osjećati potišteno ako je to i kod vas slučaj. Postoje i drugi načini za smanjenje rizika obolijevanja od raka.

Ovo je jedna od 12 preporuka utemeljenih na dokazima u Europskom kodeksu protiv raka. Za više informacija posjetite: cancer-code-europe.iarc.fr/index.php/hr/12-nacina



Ovaj informativni članak izradila je zaklada Foundation for the Promotion of Health and Biomedical Research of the Valencian Community (Fisabio) u okviru projekta BUMPER. Za više informacija o projektu posjetite bumper.cancer.eu



Financirano sredstvima Europske unije. Međutim, izraženi stavovi i mišljenja samo su stavovi autora i ne odražavaju nužno stavove Europske unije ni Europske izvršne agencije za zdravlje i digitalno gospodarstvo (HaDEA). Ni Europska unija ni tijelo koje dodjeljuje bespovratna sredstva ne mogu se smatrati odgovornima za njih.

Sadržaj se temelji na 4. izdanju Europskog kodeksa protiv raka. Posljednje ažuriranje u listopadu 2024.



GENERALITAT
VALENCIANA



Fundació
Fisabio

