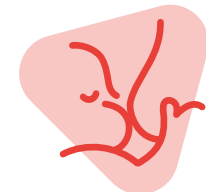


DLACZEGO KARMIENIE PIERSIĄ ZMNIEJSZA RYZYKO ZACHOROWANIA NA RAKA PIERSI?



Większość nowotworów piersi jest zależna od hormonów, dlatego korzystne skutki karmienia piersią można wyjaśnić modyfikacją struktury tych części ciała i niższym narażeniem matki na działanie hormonów na wszystkich etapach życia.

Co mogę zrobić?



Zaleca się karmienie niemowląt piersią i niepodawanie im innych pokarmów lub napojów aż do ukończenia mniej więcej 6. miesiąca życia. Następnie najlepiej kontynuować karmienie piersią i podawać dziecku odpowiednie rodzaje i ilości innych pokarmów.



Im dłużej karmisz piersią, tym mniejsze ryzyko.



Karmienie piersią zmniejsza ryzyko zachorowania matki na raka. Jeśli możesz, karm dziecko piersią.

Wskazówki dotyczące działań, jakie możesz podjąć

- 1 Dowiedz się więcej o karmieniu piersią i jego korzyściach w okresie ciąży i po porodzie.
- 2 Pamiętaj, że jeśli karmisz piersią, przysługują Ci pewne prawa.
- 3 Karm piersią, a w razie trudności szukaj pomocy.
- 4 Karmienie piersią może być trudne. Aby nie stracić motywacji, skoncentruj się na korzyściach, jakie karmienie piersią przynosi Tobie i Twojemu dziecku.
- 5 Niektóre matki nie mogą karmić piersią z różnych powodów. Jeśli jest tak w Twoim przypadku, nie obwiniaj się. Istnieją inne sposoby na zmniejszenie ryzyka zachorowania na raka.

Jest to jedno z 12 zaleceń Europejskiego kodeksu walki z rakiem, który opiera się na dowodach. Aby uzyskać więcej informacji, odwiedź stronę: cancer-code-europe.iarc.fr/index.php/pl/12-sposobow



Niniejszy arkusz informacyjny został opracowany przez Foundation for the Promotion of Health and Biomedical Research of the Valencian Community (Fisabio) w ramach projektu BUMPER. Aby uzyskać więcej informacji na temat projektu, odwiedź stronę bumper.cancer.eu



Finansowane przez Unię Europejską. Wyrażone poglądy są jednak wyłącznie opiniami autorów i niekoniecznie odzwierciedlają poglądy i opinie urzędników Unii Europejskiej lub HaDEA. Ani Unia Europejska, ani organ przyznający pomoc nie będą ponosić za nie odpowiedzialności.

Treść powstała na podstawie 4. edycji Europejskiego kodeksu walki z rakiem. Najnowsza aktualizacja: październik 2024 r.



GENERALITAT
VALENCIANA



Fundació
Fisabio

