

ЗНАЕТЕ ЛИ КАКВО ПРЕДСТАВЛЯВА ЕВРОПЕЙСКИЯТ КОДЕКС СРЕЩУ РАКА?

Проектът BUMPER (bumper.cancer.eu) установи, че по-голямата част от европейското население не е запознато с Европейския кодекс за борба с рака (ECAC).

Колкото повече препоръки следвате, толкова по-нисък ще бъде рискът от рак.

Около 40% от раковите заболявания може да бъдат предотвратени, като се следват препоръките на ECAC.

За повече информация относно препоръките на ECAC разгледайте:
cancer-code-europe.iarc.fr/index.php/bg/

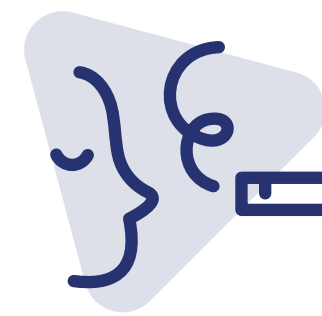


Европейският кодекс за борба с рака е инициатива на Европейската комисия за информиране на хората за ключовите действия, които те могат да предприемат за себе си и/или своите семейства, за да намалят риска от рак и последиците от него.

Четвъртото издание на ECAC се състои от 12 основани на доказателства препоръки



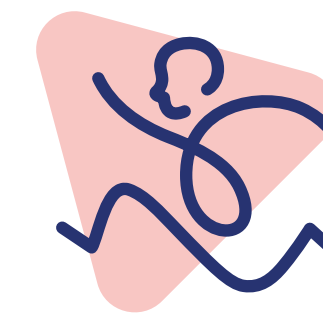
Тютюн



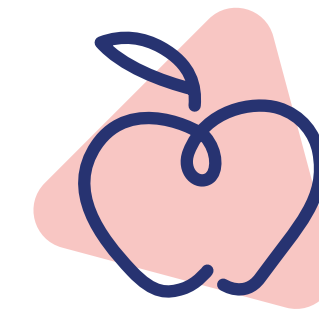
Пасивно пушене



Здравословно телесно тегло



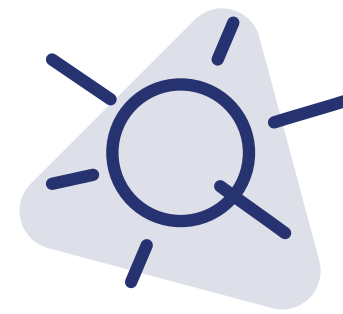
Физическа активност



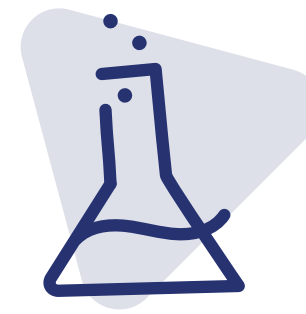
Диета



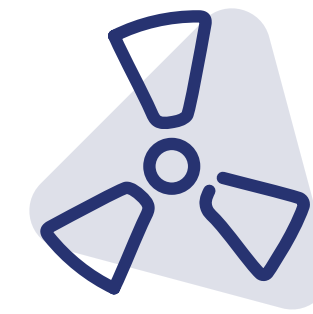
Алкохол



Излагане на слънце/
ултравиолетови лъчи



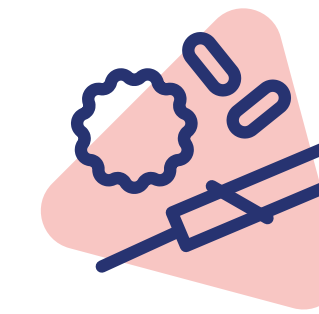
Замърсители



Радияция



Кърмене
Хормонозаместителна терапия



Ваксинация и инфекции



Скрининг

Червените триъгълници са по-малко известните теми на ECAC.

Ако искате да научите повече по тези теми, щракнете върху всяка препоръка.



Този информационен лист е разработен от Foundation for the Promotion of Health and Biomedical Research of the Valencian Community (Fisabio) в рамките на проекта BUMPER. За повече информация относно проекта можете да разгледате bumper.cancer.eu



Финансирано от Европейския съюз. Изразените възгледи и мнения обаче са само на автора(ите) и не отразяват непременно тези на Европейския съюз или на HaDEA. Нито Европейският съюз, нито издаващият орган могат да носят отговорност за тях.

Съдържание въз основа на 4-то издание на Европейския кодекс за борба с рака. Последната актуализация е от октомври 2024 г.



GENERALITAT
VALENCIANA



Fundació
Fisabio

