

VAI JŪS ZINĀT, KAS IR EIROPAS PRETVĒŽA RĪCĪBAS KODEKSS?

BUMPER projektā (bumper.cancer.eu) ir identificēts, ka lielākā daļa Eiropas iedzīvotāju nav informēti par Eiropas Pretvēža rīcības kodeksu (ECAC).

Jo vairāk ieteikumu jūs ievērosiet, jo mazāks būs risks saslimt ar vēzi.

Aptuveni 40 % vēža gadījumu var novērst, ievērojot ECAC ieteikumus.

Lai iegūtu plašāku informāciju par ECAC ieteikumiem, lūdzu, apmeklējiet:
cancer-code-europe.iarc.fr/index.php/lv/

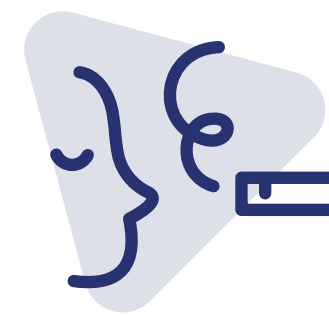


Eiropas Pretvēža rīcības kodekss ir Eiropas Komisijas iniciatīva, ar kuru tā vēlas informēt iedzīvotājus, kā rīkoties, lai sev un savai ģimenei samazinātu risku saslimt ar vēzi un tā sekas.

ECAC 4. izdevums sastāv no 12 uz pierādījumiem balstītiem ieteikumiem



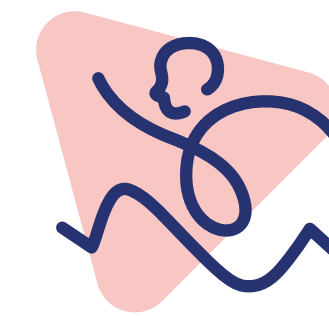
Tabaka



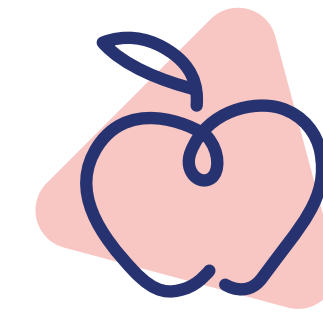
Sekundārie tabakas dūmi



Normāls ķermeņa svars



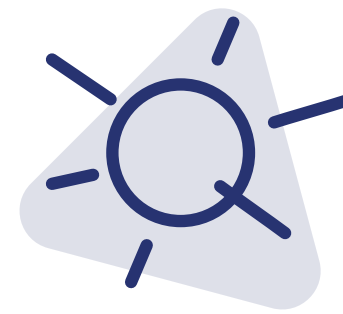
Fiziskās nodarbes



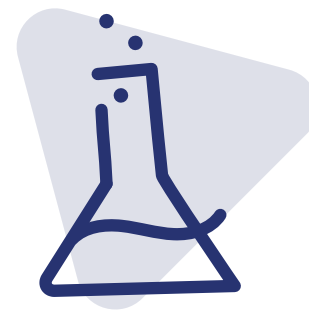
Uzturs



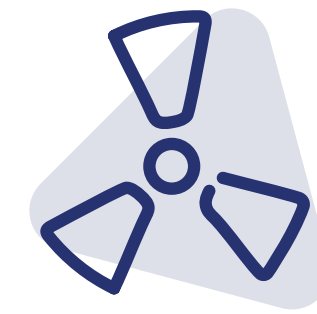
Alkohols



Pakļautības saules/UV staru iedarbībai



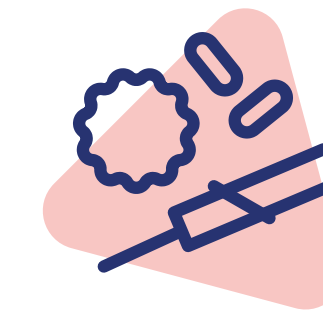
Piesārņotāji



Starojums



Zīdīšana
Hormonu aizstājējterapija



Vakcīnas un infekcijas



Skrīnings

Sarkanie trīsstūri ir mazāk zināmās ECAC tēmas.

Ja vēlaties uzzināt vairāk par šīm tēmām, lūdzu, noklikšķiniet uz katra ieteikuma.



Šo fakto lapu ir izstrādājis Foundation for the Promotion of Health and Biomedical Research of the Valencian Community (Fisabio) projekta BUMPER ietvaros. Lai iegūtu plašāku informāciju par projektu, varat apmeklēt: bumper.cancer.eu



Finansē Eiropas Savienība. Tomēr paustie uzskati un viedokļi ir tikai autora(-u) uzskati un viedokļi, un tie ne vienmēr atspoguļo Eiropas Savienības vai Eiropas Veselības un digitālās izpildaģentūras (HaDEA) uzskatus un viedokļus. Ne Eiropas Savienība, ne piešķirēja iestāde nevar būt atbildīgas par tiem.

Saturs balstīts uz Eiropas Pretvēža rīcības kodeksa 4. izdevumu. Pēdējais atjauninājums 2024. gada oktobrī.



GENERALITAT VALENCIANA

Fundació Fisabio

