

AR ŽINOTE, KAS YRA EUROPOS KOVOS SU VĖŽIU KODEKSAS?

Vykdamt projektą BUMPER (bumper.cancer.eu) nustatyta, kad dauguma Europos gyventojų nežino apie Europos kovos su vėžiu kodeksą (ECAC).

Kuo daugiau rekomendacijų laikysitės, tuo mažesnė bus rizika susirgti vėžiu.

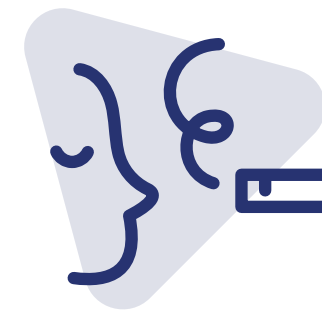
Apie 40 % vėžio atvejų galima išvengti laikantis ECAC rekomendacijų.

Europos kovos su vėžiu kodeksas – tai Europos Komisijos iniciatyva, kuria siekiama informuoti žmones apie svarbiausius veiksmus, kurių jie gali imtis dėl savęs ir (arba) savo šeimų narių, kad sumažintų vėžio riziką ir jo pasekmes.

Ketvirtąjį ECAC leidimą sudaro 12 įrodymais pagrįstų rekomendacijų



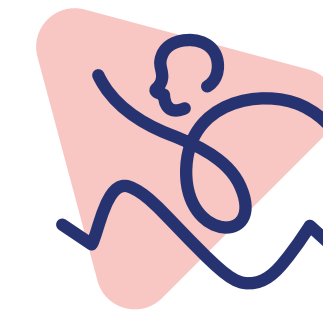
Tabakas



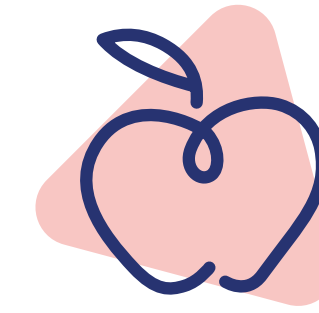
Pasyvusis rūkymas



Sveikas kūno svoris



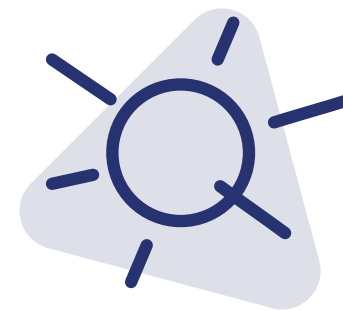
Fizinė veikla



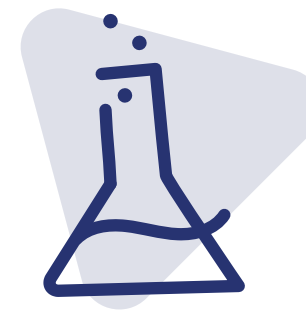
Mityba



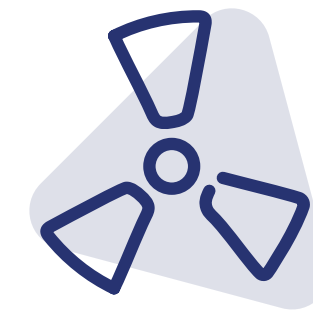
Alkoholis



Saulės / UV spindulių poveikis



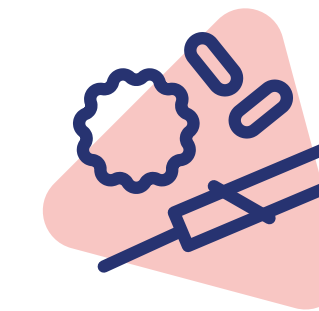
Tarša



Radiacija



Žindymas
Pakaitinė hormonų terapija



Skiepijimas ir infekcijos



Tikrinimas

Raudoni trikampiai nurodo mažiau žinomas ECAC temas.

Jei norite gauti daugiau informacijos šiomis temomis, spustelėkite kiekvieną rekomendaciją.



Šią informacijos suvestinę parengė Foundation for the Promotion of Health and Biomedical Research of the Valencian Community (Fisabio) įgyvendinant projektą BUMPER. Daugiau informacijos apie projektą galite gauti čia: bumper.cancer.eu



Finansuoja Europos Sąjunga. Pažymėtina, kad išdėstyti požiūriai ir nuomonės yra būtent autoriaus (-ių) požiūriai ir nuomonės ir nebūtinai atspindi Europos Sąjungos ar HaDEA požiūrius ir nuomones. Nei Europos Sąjunga, nei finansuojanti institucija negali būti laikomos už jas atsakingomis.

Turinys pagrįstas 4-ąja Europos kovos su vėžiu kodekso redakcija. Pastarąjį kartą atnaujinta 2024 m. spalį.



GENERALITAT
VALENCIANA



Fundació
Fisabio



Daugiau informacijos apie ECAC rekomendacijas galima rasti čia: cancer-code-europe.iarc.fr/index.php/lt/

