

ALI VESTE, KAJ JE EVROPSKI KODEKS PROTI RAKU?

V okviru projekta BUMPER (bumper.cancer.eu) smo ugotovili, da večina evropskega prebivalstva ni seznanjena z Evropskim kodeksom proti raku (ECAC).

Če upoštevate večje število priporočil, bo vaše tveganje za nastanek raka manjše.

Z upoštevanjem priporočil ECAC je mogoče preprečiti približno 40 % rakavih obolenj.

Za več informacij o priporočilih ECAC obiščite:
cancer-code-europe.iarc.fr/index.php/sl/

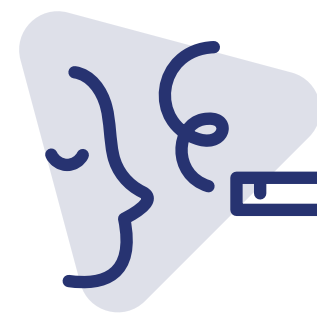


Evropski kodeks proti raku je pobuda Evropske komisije za obveščanje ljudi o ključnih ukrepih, ki jih lahko sprejmejo sami ali v zvezi s svojimi družinskimi člani, da bi zmanjšali tveganje za nastanek raka in njegove posledice.

Četrto izdajo ECAC sestavlja 12 priporočil na podlagi znanstveno podprtih dokazov



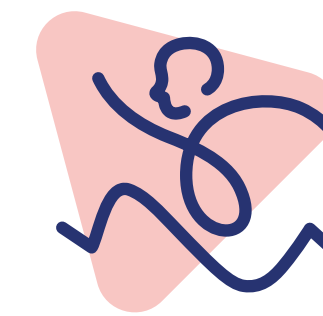
Tobak



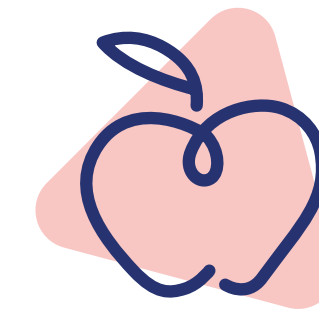
Pasivno kajenje



Zdrava telesna teža



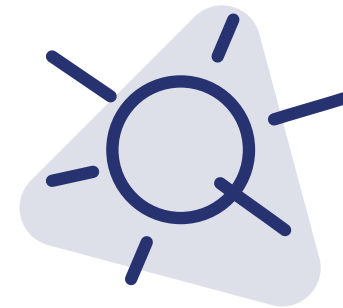
Telesna aktivnost



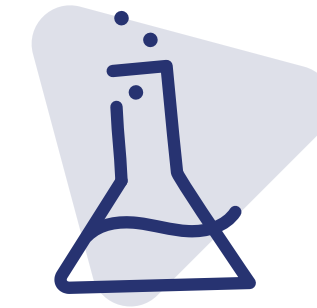
Prehrana



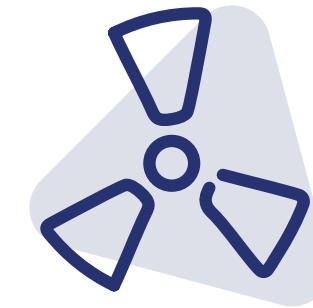
Alkohol



Izpostavljenost soncu/
UV-žarkom



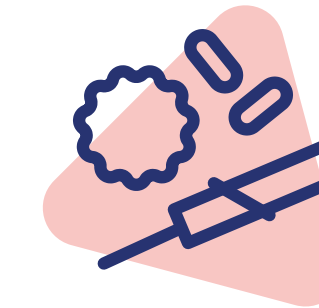
Onesnaževalci



Sevanje



Dojenje
Hormonsko nadomestno zdravljenje



Cepljenje in okužbe



Kontrolni pregled

Rdeči trikotniki predstavljajo manj znana področja v okviru ECAC.

Če želite izvedeti več o teh področjih, kliknite vsako posamezno priporočilo.



Ta informativni list je pripravila fundacija Foundation for the Promotion of Health and Biomedical Research of the Valencian Community (Fisabio) v okviru projekta BUMPER. Za več informacij o projektu obiščite bumper.cancer.eu



Projekt financira Evropska unija. Izražena stališča in mnenja so izključno stališča in mnenja avtorjev in ne odražajo nujno stališč Evropske unije ali agencije HaDEA. Zanje nista odgovorna niti Evropska unija niti organ, ki dodeli pomoč.

Vsebina temelji na 4. izdaji Evropskega kodeksa proti raku. Zadnja posodobitev: oktober 2024.



GENERALITAT VALENCIANA

Fundació Fisabio

