

# 4 lutego – Światowy Dzień Walki z Rakiem

Nowotwory są głównym problemem zdrowia na całym świecie. W Polsce z chorobą nowotworową mierzy się ponad milion osób, a każdego roku w naszym kraju przybywa wiele tysięcy nowych zachorowań. Nie wszystkie nowotwory dają objawy we wczesnej fazie lub są one mało charakterystyczne. Dlatego tak ważne są regularne badania profilaktyczne, które pozwolą wykryć rozwijający się nowotwór i na czas włączyć odpowiednie leczenie.

Główny cel Światowego Dnia Walki z Rakiem – to zwiększenie świadomości na temat chorób nowotworowych i zwrócenie uwagi na problemy pacjentów onkologicznych oraz podkreślenie roli profilaktyki w walce z tymi schorzeniami.

Jak zapobiegać nowotworom i zwiększać szansę na wygraną?

Według Europejskiego Kodeksu Walki z Rakiem, najważniejszymi wytycznymi zmniejszającymi ryzyko zachorowania na nowotwory są:

- unikanie palenia papierosów i palenia biernego;
- utrzymywanie prawidłowej masy ciała;
- dbanie o aktywność fizyczną w życiu codziennym;
- utrzymywanie zdrowej diety;

- ograniczenie spożywania alkoholu;
- chronienie się przed nadmierną ekspozycją na promienie słoneczne;
- wykonywanie regularnych badań profilaktycznych, które pozwolą wykryć potencjalne zmiany nowotworowe na wczesnych etapach rozwoju i podjąć szybkie leczenie.

W walce z nowotworami mają udział również fundusze unijne, a dolnośląskie placówki medyczne sięgają po środki unijne, aby jeszcze skuteczniej leczyć.

### **Zobacz niektóre nasze projekty:**

[Ośrodek Profilaktyki, Diagnostyki i Terapii Nowotworów Wojewódzkiego Szpitala Specjalistycznego we Wrocławiu poprzez rozbudowę głównego zespołu budynków Szpitala](#)

[Breast Unit w Dolnośląskim Centrum Onkologii we Wrocławiu](#)

[Izerskie Centrum Pulmonologii i Chemioterapii „IZER-MED” spółka z o.o.](#)

