

W SP3 pamiętali o Światowym Dniu Walki z Rakiem

written by Archiwum Urzędu Miejskiego w Darłowie | 8 lutego 2021



4 lutego 2021 r. w Szkole Podstawowej nr 3 im. Króla Eryka Pomorskiego w Darłowie przeprowadzono akcję profilaktyczną z okazji Światowego Dnia Walki z Rakiem.

Co roku uczniowie naszej szkoły rozdawali różowe wstążki i ulotki informacyjne mające przypominać o tej niebezpiecznej chorobie. W obecnej sytuacji akcja odbyła się online.

Mężczyźni najczęściej chorują na raka płuc i prostaty, zaś kobiety na raka piersi i płuc. Czynniki zwiększającymi ryzyko zachorowań, przed którymi przestrzegają specjaliści są oprócz skłonności genetycznych, palenie tytoniu, nadwaga i otyłość oraz nadużywanie alkoholu.

W związku z tym oprócz regularnych badań profilaktycznych zaleca się:

- unikanie palenia papierosów,
- zdrową dietę,
- systematyczną aktywność fizyczną,
- ograniczenie spożycia alkoholu,
- unikanie nadmiernej ekspozycji na słońce,
- ochronę przed infekcjami wywołującymi raka.

Pamiętajmy, że nowotwory złośliwe pod względem częstotliwości są drugą, po chorobach układu krążenia, przyczyną śmierci w naszym kraju. Zatem badajmy się!