

Codzienna profilaktyka nowotworowa w „Środzie z Profilaktyką”



**Codzienna profilaktyka
nowotworowa w „Środzie z**

Profilaktyką”

Data publikacji

03.02.2022 10:31

Tematem ostatniej „Środy z Profilaktyką” organizowanej przez NFZ jest codzienna profilaktyka nowotworowa.

- Nowotwory to złożona grupa chorób, na które składają się nowotwory złośliwe i nowotwory łagodne. Szacuje się, że nawet 90% nowotworów zależy tylko i wyłącznie od czynników zewnętrznych, które występują w środowisku, a na które mamy wpływ. Takimi czynnikami są np. dym tytoniowy, alkohol, czy niewłaściwe żywienie. Natomiast jedynie 5 – 10% przypadków nowotworów złośliwych, są to nowotwory związane stricte z genetyką.
- W jednym papierosie znajduje się około 7000 substancji chemicznych, z czego aż ponad 70 jest silnie rakotwórczych. Wirusowe lub bakteryjne czynniki infekcyjne są odpowiedzialne za 15-20% nowotworów złośliwych.
- U mężczyzn siedzenie przez więcej niż 9 godzin dziennie może podnieść ryzyko zachorowania na raka jelita grubego nawet o 61%.

[Więcej informacji w poniższych materiałach informacyjnych:](#)

Ulotka informacyjna <https://akademia.nfz.gov.pl/wp-content/uploads/2022/02/ULOTKA-Codzienna-profilaktyka-nowotworowa.pdf>

Film informacyjny <https://youtu.be/2dXWJ8L2Izs>

Źródło: <https://akademia.nfz.gov.pl/codzienna-profilaktyka-nowotworowa/>

Grafika: <https://pixabay.com/pl/>

- [PDF](#)
- [Drukuj](#)
- [Share](#)

- [Więcej aktualności](#)
- [Archiwum aktualności](#)