

ПРОФИЛАКТИКА РАКА И ЦЕЛОВАТОРОГЕННОЙ ОПАСНОСТИ

Канцерогены-это потенциально опасные для человека агенты, воздействие которых увеличивает вероятность развития раковых опухолей.

ЧТОБЫ НЕ ДОПУСТИТЬ РАЗВИТИЕ РАКА, НУЖНО ВЕСТИ



Укреплять

и



Проходить
обследования



Канцерогенные факторы:

Чрезмерное употребление алкоголя и курение, стресс, инфекции, использование контрацептивов, ультрафиолетовое и ионизирующее излучение и многое др.

Как ограничить действие

- ❑ Не употреблять продукты сомнительного качества
- ❑ Ограничить потребление продуктов с консервантами
- ❑ Не злоупотреблять копченостями
- ❑ Не пережаривать рыбу или мясо
- ❑ Отказаться от курения и алкоголя