



Центр общественного
здоровья и медицинской
профилактики

| profilaktica.ru

ПРОФИЛАКТИКА КОЛОРЕКТАЛЬНОГО РАКА

РАК КИШЕЧНИКА

является одним из самых распространенных онкологических заболеваний.

Он очень коварен и долгое время остается незамеченным. Чаще заболеванию подвержены люди старше 40 лет.

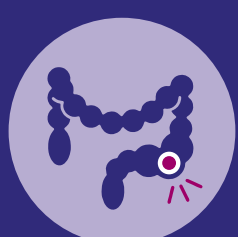
КАК СЕБЯ ЗАЩИТИТЬ?



Следуйте принципам правильного питания



Откажитесь от алкоголя и курения



Своевременно обращайтесь к врачу при появлении тревожных симптомов



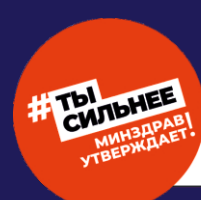
Поддерживайте регулярный умеренный уровень физической активности – не менее 30 минут в день



Проходите профилактические медицинские осмотры (ежегодно, от 18 лет) и диспансеризацию (1 раз в 3 года, от 40 лет – ежегодно) в поликлинике по месту жительства или прикрепления

ДИСПАНСЕРИЗАЦИЯ

- Важно
- Информативно
- В поликлинике по месту жительства
- При наличии паспорта и полиса



8 800 200 0 200
TAKZDOROVU.RU

