

SYÖVÄN RISKITEKIJÄT

Yleisimmät riskitekijät

Syövän yleisimmät riskitekijät ovat ikääntyminen, aurinko, altistuminen säteilylle ja kemikaaleille, tietyt virukset ja hormonit, periytyvyys, tupakka, alkoholi, huono ruokavalio, liikunnan puute ja liikalihavuus.



Rajoitukset

Valitettavasti kaikkiin riskitekijöihin emme voi vaikuttaa, esim. perintötekijöihin. Silti voimme parantaa mahdollisuuksiamme ehkäistä syöpää, puuttamalla riskitekijöihin, joihin voimme vaikuttaa.



Suojaavat tekijät

Terveellisiä elämäntapoja – tupakoimattomuutta, alkoholin kohtuukäyttöä, terveellistä ruokavaliota jne. kutsutaan suojaaviksi tekijöiksi.



Tunne vihollisesi

Syöpää on yli 100 eri tyyppiä, ja mikä tahansa kehon osa voi olla sille alttiina.

