

FAKTORI RIZIKA ZA DOBIVANJE RAKA

Najčešći faktori rizika

Česti faktori rizika za dobivanje raka uključuju starenje, izlaganje suncu, izloženost radijaciji i kemikalijama, neki virusi i hormoni, obiteljska povijest raka, pušenje, alkohol, loša prehrana, nedostatak fizičke aktivnosti i pretilost.



Ograničenja

Nažalost, ne mogu se spriječiti svi faktori rizika, npr. nemamo utjecaj na obiteljsku povijest i genetiku. No svejedno možemo povećati šanse eliminacijom nekoliko ostalih faktora na koje možemo utjecati.



Zaštitni faktori

Zdravi stil života - izbjegavanje puštenja, umjerena konzumacija alkohola i zdrava prehrana i slično zovu se zaštitni faktori.



Upoznajte svog neprijatelja

Postoji više od 100 vrsta rakova koji mogu pogoditi bilo koji dio tijela.

