

## Međunarodni dan borbe protiv raka

4. februar svake godine širom sveta obeležava se kao Svetski dan borbe protiv raka sa ciljem da se podigne svest o riziku nastanka bolesti i podstakne, kroz što jednostavnije mere, njena prevencija, pravovremeno otkrivanje i lečenje.



Svetska zdravstvena organizacija (SZO) ističe da se dobar procenat ovog tipa oboljenja može izbeći kroz neke od mera prevencije kao što su izbegavanje cigareta i duvanskog dima, smanjena konzumacija alkohola, redovna fizička aktivnost, izbegavanje preterane izloženosti štetnom UV zračenju, redovan stil života, u smislu pravilne ishrane i zdrave hrane.

Karcinom je danas jedan od glavnih neprijatelja čovečanstva, a procene Svetske zdravstvene federacije čak daju i grubu statističku sliku da bi od raka, računajući od 2005. do 2015. godine, moglo da umre čak 85 miliona ljudi, a svake godine kod više od 12 miliona se otkrije ova opaka bolest.

Zdravi stil života i redovni odlasci kod lekara, u smislu prevencije i kontrole, u velikoj meri mogu smanjiti, ako ne i sprečiti ovako crnu sliku, a pri tome ne treba gubiti iz vida da je čak u 90 posto slučajeva karcinom izlečiv ukoliko je otkriven u ranijoj fazi.

2008. godine obeležavanje Međunarodnog dana borbe protiv raka prošlo je u znaku borbe za zaštitu dece i mladih od duvanskog dima, prošlu godinu je obeležila inicijativa širenja znanja o značaju energetski izbalansiranog života, na bazi zdrave ishrane i fizičke aktivnosti, iduća godina će biti posvećena informisanju o štetnosti i načinima zaštite od UV zračenja, a ova, 2010, prolazi u znaku podizanja svesti ljudi o postojećim načinima prevencije sa zajedničkim sloganom ovogodišnjih kampanja:

*"Prevencija raka je moguća".*



## [Attribution-NonCommercial-ShareAlike 3.0 Unported](#)

You are free:

-  to Share - to copy, distribute and transmit the work
-  to Remix - to adapt the work

Under the following conditions:

-  Attribution. You must attribute the work in the manner specified by the author or licensor (but not in any way that suggests that they endorse you or your use of the work).
-  Noncommercial. You may not use this work for commercial purposes.
-  Share Alike. If you alter, transform, or build upon this work, you may distribute the resulting work only under the same or similar license to this one.
  - For any reuse or distribution, you must make clear to others the license terms of this work. The best way to do this is with a link to this web page.
  - Any of the above conditions can be waived if you get permission from the copyright holder.
  - Nothing in this license impairs or restricts the author's moral rights.