





4 ФЕВРАЛЯ
ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ
БОРЬБЫ ПРОТИВ РАКА





Если бросить курить,
вероятность появления
раковой опухоли
в легких
снизится на **90%**



Бросайте курить!



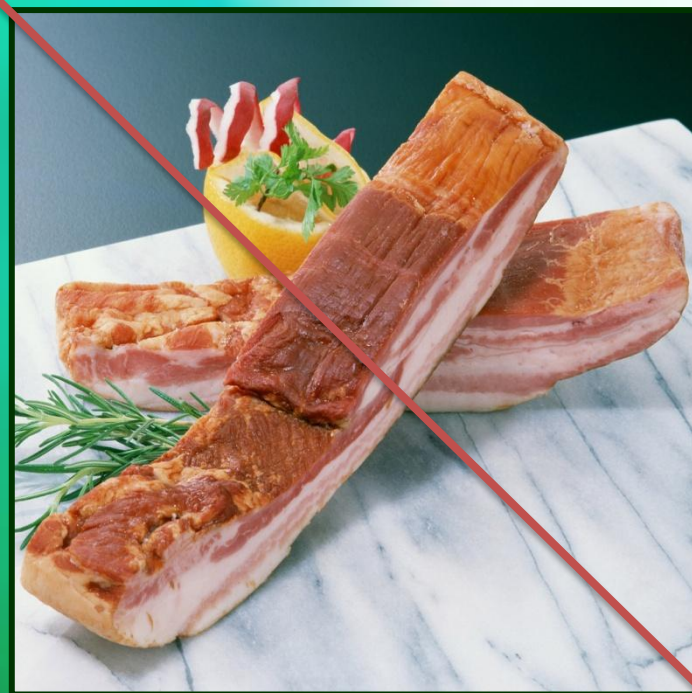
Откажитесь от алкоголя!



Ешьте овощи и фрукты



Замена колбасы, сосисок, бекона и других
мясопродуктов в рационе на обычное
нежирное мясо сокращает риск рака
кишечника на **20%**



Откажитесь от сладкого и копченого



Регулярно посещайте врача!