

МОЖНО ЛИ ПРЕДОТВРАТИТЬ ОНКОЛОГИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ?

Значительно снизить риск появления раковых опухолей
может только здоровый образ жизни:



Бросайте
курить



Поддерживайте
нормальный вес



Правильно
загорайте



Откажитесь
от алкоголя



Ешьте
овощи
и фрукты



Регулярно
посещайте
врача



Откажитесь
от сладкого
и копченого



Риск появления онкологического заболевания
можно максимально снизить.

Откажитесь от вредных привычек, правильно
питайтесь и отдыхайте, не забывайте
о своевременных визитах к врачу — и у рака
останется совсем мало шансов!

