

„Rak nie wybiera, Ty możesz”

Prezentacja literatury ze zbiorów Czytelni Głównej

4 lutego obchodzony jest XXIII Światowy Dzień Walki z Rakiem. Święto zostało ustanowione w 2000 roku podczas Światowego Szczytu Walki z Rakiem w Paryżu. Nowotwory złośliwe stanowią niechlubną, drugą przyczynę zgonów w Polsce. Co roku na choroby nowotworowe zapada ponad 160 tysięcy Polaków, a ok. 100 tysięcy umiera z ich powodu. Międzynarodowe zespoły badawcze szacują, że nawet 90% nowotworów determinowanych jest przez czynniki zewnętrzne, na które mamy realny wpływ. Przestrzegając zasad zdrowego stylu życia możemy w znaczący sposób obniżyć ryzyko wystąpienia nowotworu. Światowa Organizacja Zdrowia oszacowała, że przestrzeganie zaleceń Europejskiego Kodeksu Walki z Rakiem zmniejszyłoby w Europie liczbę zgonów spowodowanych nowotworami nawet o 50%.

Międzynarodowy Dzień Walki z Rakiem może być dobrym pretekstem do zastanowienia się nad swoim zdrowiem i podjęciem decyzji o zmianie stylu życia na prozdrowotny, a prezentowana literatura w Czytelni Głównej z pewnością nam to ułatwi.