

Уважаемые граждане города Витебска и Витебского района, в учреждениях здравоохранения Республики Беларусь с 1 по 31 октября 2016г., проводится республиканская акция по профилактике рака молочной железы. По вопросам, касающимся, обращаться в регистратуру поликлиник, которые Вас направят к специалистам.

Болезнь можно предупредить!

Причины появления рака могут быть разными: ушибы и травмы груди, стрессы, психические травмы, неправильное питание, недостаток витаминов, воспалительные заболевания женских половых органов и аборты, доброкачественные заболевания молочных желез, эндокринной системы и другие. Болезнь можно предупредить. Даже если речь идет о раке молочной железы.

- ! Защищайте грудь от травм и ушибов;
- ! Берегите нервную систему;
- ! Соблюдайте здоровый образ жизни (правильное питание, отказ от курения, злоупотребление алкоголем, регулярные физические нагрузки);
- ! Своевременно лечите воспалительные заболевания женских половых органов, нарушение менструального цикла;
- ! Желательно рождение первого ребенка до 25 лет;
- ! Кормите ребенка не менее 8 месяцев;
- ! Избегайте выполнения абортов;
- ! Ежемесячно проводите самообследование молочных желез и регулярно клиническое обследование их у гинеколога (один раз в 6 мес. После 40 лет, один раз в год – до 40 лет).
- ! При выявлении любых изменений в молочных железах немедленно обращайтесь к врачу гинекологу. Не стесняйтесь лишний раз побеспокоить врача, расспросите его обо всех вопросах, которые Вас интересуют.

Будьте здоровы!