



Ngày Thế giới phòng, chống bệnh Ung thư



Thu hẹp khoảng cách chăm sóc



04/02/2023

Trên thế giới

10 triệu

người chết vì ung
thư năm 2020

30 - 50%

trường hợp ung
thư có thể phòng
ngừa được



**Bạn có thể làm gì để giảm
nguy cơ mắc ung thư?**



- Lựa chọn thực phẩm tốt cho sức khỏe
- Tập thể dục đều đặn
- Không hút thuốc lá
- Hạn chế rượu bia
- Hạn chế tiếp xúc trực tiếp với ánh nắng mặt trời
- Tránh các chất gây ô nhiễm và hóa chất
- Tiêm vắc xin phòng HPV
- Học cách nhận biết các dấu hiệu của ung thư để phát hiện sớm

