

Почти половина случаев рака возникает от неправильного образа жизни

Почти половины всех случаев заболевания раком можно было избежать, говорится в исследовании британских ученых, поскольку они были вызваны курением, неумеренным употреблением алкоголя и неправильным питанием.

Ежегодно в Британии диагностируется 130 тысяч случаев заболевания раком. При этом, согласно докладу британского Центра по изучению рака Cancer Research UK, среди факторов риска лидирует курение: оно вызывает возникновение раковой опухоли у 23% заболевших мужчин и 15,6% женщин-пациенток, передает ВВС. Следующей по распространенности причиной заболевания раком называется недостаток свежих овощей и фруктов в рационе питания. Эта проблема характерна в основном для мужчин, в то время как для женщин на втором месте - избыточный вес.

Авторы доклада подчеркивают, что он стал результатом самого крупномасштабного на сегодняшний день исследования причин возникновения злокачественных опухолей. «Многие склонны считать, что рак связан с плохой наследственностью или возникает безо всяких видимых причин, по воле злого рока. При таком подходе возникновение болезни кажется вопросом невезения», - говорит руководитель группы исследователей, профессор Макс Паркин.

«Но если посмотреть на полученные нами данные, то становится ясно, что 40% всех случаев рака зависят от образа жизни и могли бы быть предотвращены», - продолжает ученый. Всего ученые насчитали 14 факторов, влияющих на предрасположенность к раковым заболеваниям.

В случае с мужчинами, заболеваемость раком была связана в основном с недостатком фруктов и овощей в рационе (6,1%), неблагоприятными факторами профессии (4,9%), употреблением алкоголя в больших количествах (4,6%), избыточным весом (4,1%), длительным пребыванием на солнце и воздействием ультрафиолетовых лучей (3,3%).

Рак у женщин в основном провоци-

ровался излишним весом и ожирением (6,9%), инфекциями (3,7%), длительном пребывании на солнце (3,6%), недостатком фруктов и овощей в рационе (3,4%) и алкоголем (3,3%).

Источник: focus.ua

Почти половина украинцев не следит за своим здоровьем — опрос

Согласно результатам опроса «Здоровье и лечение в Украине», проведенного Институтом Горшенина в декабре, 55,9% — следят за своим здоровьем. Сознались, что не следят за своим здоровьем, 40,6% респондентов. Затруднились ответить на этот вопрос 3,5% опрошенных.

45,8% опрошенных считают, что их здоровье находится на удовлетворительном уровне. Хорошим свое здоровье считают более четверти опрошенных — 26,2%, отличным — 4,7%. При этом каждый шестой респондент — 16,4% — считает, что имеет плохое здоровье, а 4,1% — очень плохое. Затруднились ответить на данный вопрос 2,8% опрошенных. Более половины граждан Украины - 59,3% — ответили, что болеют редко. 26,8% сказали, что болеют часто, а 6,2% — очень часто. Признались, что практически не болеют, 5,6% респондентов, а 2,1% — затруднились ответить на данный вопрос.

Большая часть граждан Украины — 61,3% — не проходят медицинское обслуживание регулярно, независимо от самочувствия. При этом более трети опрошенных - 36,3% — стараются регулярно проходить медицинское обследование. 56,1% украинцев — в случае болезни предпочитают лечиться самостоятельно. Предпочитают обращаться к врачу, если заболевают, 42,1% опрошенных.

Телефонный опрос проводился 4 - 6.12. 2011 года. Всего согласно случайной выборке было опрошено 1000 респондентов в возрасте от 18 лет, во всех областных центрах Украины, городах Киве и Севастополе. Квотами были регион проживания, пол и возраст респондентов. Погрешность репрезентативности исследования не превышает +/-3,2%.

Источник: podrobnosti.ua