

Koupit e-kytičku můžete posláním DMS ve tvaru DMS KVET 30
nebo DMS KVET 60 nebo DMS KVET 90 na číslo 87 777.

Cena jedné DMS je 30, 60, 90 Kč.
Pravidelná podpora DMS TRV KVET 30,
DMS TRV KVET 60, DMS TRV KVET 90.
www.darcovskasms.cz

Přispívat na sbírkový účet 65 000 65/0300 lze do 30. 11. 2021.

Zakoupením kytičky za minimální cenu 20 Kč, darem na sbírkový účet či odesláním DMS umožní Lize proti rakovině Praha plnit své poslání: šířit nádorovou prevenci, zlepšovat kvalitu života onkologických pacientů, podporovat onkologický výzkum a přispívat k vybavenosti onkologických pracovišť.

Stáhněte si mobilní aplikaci sbírky
s preventivním kalendářem:



Generální partner:



Hlavní partner:



Hlavní mediální partneři:



Mediální partneři:



IT partner:



Partneři:



Organizátor:



Poděkování dalším partnerům a spolupracovníkům:

Bluetech, s. r. o. • Český červený kříž • Český svaz žen • Hypermarkety Albert
Model Obaly, a. s. • Monitora media, s. r. o. • Sdružení hasičů Čech, Moravy a Slezska
Soleta Signum, s. r. o. • Svaz knihovníků a informačních pracovníků ČR • Země světa

Český den proti rakovině



25. ROČNÍK

LEDVINY MOČOVÝ MĚCHÝŘ PROSTATA

Trojice důležitých orgánů, které bývají často v ohrožení, aniž o tom zpočátku víme. Hýčkejte je, ať vydrží v plné funkci po celý váš život!

HLAVNÍ ZÁSADY PREVENCE rakoviny ledvin, močového měchýře a prostaty:

- 1. Důležité je nekouřit!** Například u karcinomu močového měchýře platí, že kuřáci onemocní třikrát až čtyřikrát častěji než ti, co nekouří.
- 2. Důsledně dodržujte pitný režim** – 1,5 až 2 litry (neslazených) tekutin denně. Střídmě a rozvážně s alkoholem, i s pivem, zvláště v kombinaci s kouřením.
- 3. Méně uzenin, grilovaných, smažených a těžkých mas,** o to více zeleniny a ovoce.
- 4. Dostatek pohybu patří k elixírům života.** Chůze je velmi vhodná, ideálně každodenně.

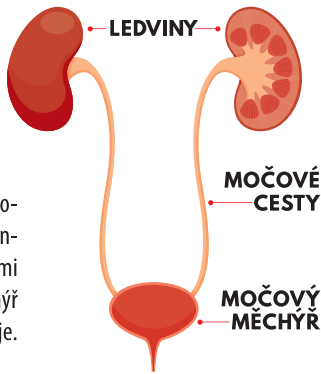
ZDRAVÍ MÁME JEDINĚ A ŽIVOT TAKY. PEČUJME O SEBE!

LEDVINY

Jediný párový orgán v našem těle, jsou „čističkou“ lidského organismu. Po celý náš život filtrují krev a zbavují ji škodlivin. Za minutu jí pročistí přes 1 litr. Třistakrát denně proteče ledvinami veškerá naše krev. Začátek onemocnění ledvin je bez příznaků. To je zrádné. Zbytečně je nepřetěžujeme nedostatkem tekutin, pak jsou nuceny pracovat v nouzovém režimu. Škodí jim stejně hříchy v životosprávě (kouření, alkohol) jako propojeným močovými cestám.

MOČOVÝ MĚCHÝŘ

je rezervoár shromažďující moč a odstraňující škodliviny zachycené ledvinami. Oba orgány, propojené močovými cestami, úzce spolupracují. Pokud člověk nedbá o zdravou životosprávu, může snadno uškodit jak ledvinám, tak močovému měchýři. Dostaví se záněty, infekce, leckdy však i onemocnění velmi závažná – nádory. Ani močový měchýř zprvu žádné příznaky nemoci nesignalizuje. Nebolí, ale první varování je krev v moči!



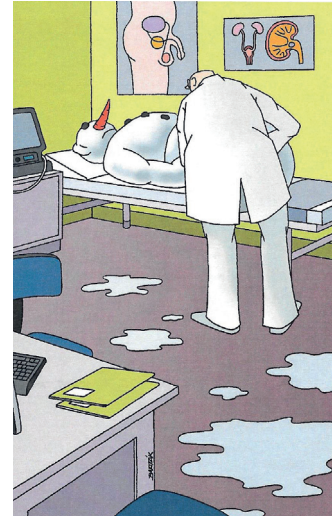
V incidenci onkologických onemocnění ledvin, močového měchýře i prostaty patříme ve světě k nejpostiženějším státům. Přes pokroky v diagnostice i léčbě u nás počty pacientů (naštěstí už ne úmrtí) nadále rostou. Za posledních třicet let stouply statistiky na dvojnásobek. Svědčí to o tom, že málo dbáme o zdravý způsob života.

**DODRŽOVÁNÍM ZDRAVÉHO ŽIVOTNÍHO STYLU
SI PRODLOUŽÍTE ŽIVOT!**

PROSTATA

Následující řádky míří k mužům... Pozor! Tak jako v ČR přibývá nádorů ledvin a močového měchýře, zvyšuje se nebezpečně i výskyt karcinomu prostaty, a to zvláště u mužů mladšího a středního věku.

Rakovina prostaty předstihla svou četností rakovinu plic! Pánové, je vám padesát a více? Máte potíže s močením? Navštivte svého praktického lékaře nebo rovnou urologa. Přijít se zbytnělou prostatou k lékaři včas je první předpoklad úspěšné léčby. A vy, dámy? Přesvědčte svého partnera a zlomte jeho ostych! Pro dobro věci...



Výskyt onkologických onemocnění ledvin, močového měchýře a prostaty

