

4 лютого -
Всесвітній день
боротьби проти
раку



Всесвітній День боротьби проти раку

Щорічно 4 лютого відзначається Всесвітній день боротьби проти раку (World Cancer Day), який організовується Міжнародним союзом по боротьбі з онкологічними захворюваннями з 2005 року.

В коледжі відбулися виховні години валеологічного спрямування, присвячені цій даті. Метою проведення є підвищення обізнаності студентської молоді про рак як одного із найстрашніших захворювань сучасної цивілізації, акцентування уваги на профілактиці, ранньому виявленні та

лікуванні цього захворювання. Куратором Юлією Мельник проведено виховну годину до Всесвітнього дня боротьби з раком у ДХ12 групі. У формі усного журналу названо основні фактори ризику у виникненні злоякісних новоутворень: алкоголь, зайва вага, малорухомий спосіб життя, сонячне опромінення, тютюнопаління; переглянуто відеопрезентації з даної теми. Куратор закликала студентську молодь проявляти розуміння та співчуття, не цуратись тих, хто захворів, а навпаки – підтримувати та допомагати.

Куратор МДХ14 групи Мокра Т.І. провела інформаційно-дослідницьку виховну годину, під час якої студенти дізналися про історію виникнення даної дати; отримали знання про п'ять найпоширеніших видів раку, від яких помирають жінки та чоловіки по всьому світу, а також познайомилися з методами, які можуть запобігти даній хворобі.

Куратором М122 групи Мефодовською В.І. проведено виховну годину "Міфи про рак". При перегляді презентації студенти активно включалися в обговорення ключових питань теми. Заключним етапом було питання "Здоров'я - найбільший скарб", чому? відповідь на це запитання студентами написано коротке есе.

Отже, турбота про власне здоров'я, відмова від шкідливих звичок, регулярне звернення до лікаря – 1 раз на рік для проходження профілактичних оглядів та при появі найменших сумнівів щодо стану свого здоров'я – це шлях до повноцінного та якісного життя. На даний момент вже відомо, що виникнення 43% ракових захворювань можна було б запобігти, орієнтуючись і дотримуючи елементарні норми здорової поведінки, такі як: огорожу доступу до куріння дітей, боротьба з курінням як таким; фізична активність; збалансована та здорова їжа; своєчасна вакцинація проти вірусів, які викликають рак

печінки і шийки матки; утримання від тривалого перебування на сонці та в солярії; своєчасна діагностика і увага до власного здоров'я.

БЕРЕЖІМО ЗДОРОВ'Я ЗМОЛОДУ !!!

