

OBSAH

- Slovníček odborných výrazů a zkratk / 4
- Úvodem k českému překladu / 5
- Výskyt rakoviny v Evropě / 6
- Kontrola rakoviny / 6
- Primární prevence / 6
 - Sekundární prevence / 7
 - Terciární prevence / 7
- Evropský kodex proti rakovině / 8
- Nekuřte! Pokud kouříte, přestaňte! / 9
 - Vyvarujte se obezity. / 10
 - Denně vykonávejte nějakou tělesnou činnost. / 10
 - Obezita / 10
 - Tělesná činnost / 11
 - Jezte denně více různých druhů ovoce a zeleniny alespoň v pěti porcích. / 11
 - Pokud pijete alkohol, ať pivo, víno nebo koncentráty, omezte to na dva nápoje denně, jste-li muž, a jeden nápoj denně, jste-li žena. / 12
 - Nevystavujte se nadměrnému slunečnímu záření. / 13
 - Dodržujte přesně pravidla ochrany před známými rakovinotvornými látkami. / 14
 - Ionizující a neionizující záření / 15
 - Radon a rakovina / 16
 - Kosmické záření a rakovina / 16
 - Radiojod a štítná žláza / 16
 - Pracovníci v jaderných zařízeních a osoby žijící v blízkosti jaderných zařízení / 17
 - Vedení vysokého napětí a rakovina / 17
 - Mobilní telefony / 17

Programy veřejného zdravotnictví, kterými lze předcházet vzniku rakoviny anebo zvýšit pravděpodobnost vyléčení (skrínigové programy). / 18

Ženy od 25 let by se měly zapojit do skrínigu děložního hrdla v programech se zajištěnou kontrolou kvality podle směrnic Evropské unie. / 18

Ženy od 50 let by se měly zapojit do skrínigu prsu v programech se zajištěnou kontrolou kvality podle směrnic Evropské unie. / 19

Muži a ženy od 50 let by se měli zapojit do skrínigu rakoviny tlustého střeva a konečníku v programech se zajištěnou kontrolou kvality. / 19

Účastněte se očkovacích programů proti infekci způsobené virem hepatitidy typu B. / 20

Poznámky překladatele k novému vydání Kodexu v roce 2010 / 21

Stručná charakteristika „Pařížské charty“ / 22

Struktura hlášených onemocnění novotvary u mužů a žen / 24