

# "TÜTÜN KONTROLÜ ÜLKELERİ KANSERDEN KORUYOR"

Dünya Kanser Kontrol Örgütü Başkanı Prof. Dr. Tezer Kutluk, kanserin ortaya çıkmasında ne sebepten olan etkenleri anlattı

Dünya Kanser Kontrol Örgütü Başkanı Prof. Dr. Tezer Kutluk, kanserin ortaya çıkmasında çevresel ve genetik faktörlerin rol oynadığını belirtti.

Tüm kanserlerin üçte birinin tütün ile ilişkili olduğunu ifade eden Kutluk, "Dünyada her sene 14 milyon, Türkiye'de ise 165 bin şahıs kansere yakalanmaktadır. Böyle gittiği takdirde sadece nüfus artışının etkisiyle 2030 yılında dünyada kansere yakalanan adam sayısı senede 22 milyona ulaşacaktır" dedi.

## KANSERDE UMUT VEREN GELİŞME!

Kutluk, şunları kaydetti:

"Her 100 bin kişide görülen kanser sayısı diye bakıldığı vakit tütün kontrolünün iyi yapıldığı ülkelerde, 1990'lı senelerin ortalarından itibaren kanser sayısının azaldığı görülmektedir. Tüm kanserler beraber ele alındığında tümünden üçte bir oranında korunmak mümkündür. Bunların başında tütün gelmektedir. Tütün en başta gelen kanser yapıcıdır. Akciğer kanseri, gırtlak kanseri, aş borusu, böbrek, mesane kanseri gibi birçok kanser türünün sebebidir. Bu açıdan tütün kontrolü bütün dünya için vazgeçilmez bir olaydır. Bunların dışında beslenmede aşırı kilo alımından kaçınmak, kalori alımının kontrollü olması, tuz kullanımının makul düzeylerde olması, alkolün sınırlandırılması gibi önlemler beslenme için önemiyet taşımaktadır. Tahıl ve sebzelerin daha fazla tüketilmesi, al etin sınırlı tüketilmesi gibi konular önemlidir. Ayrıca fiziksel olarak aktif olmak da kanserden korumaktadır."

**İLGİNİZİ ÇEKEBİLİR KANSER OLMAMAK İÇİN BU SAATTE UYUYUN! İşte karanlıkla kanser arasındaki... GÖRME ENGELLİLER NEDEN KANSER OLMAZ? Şaşırtan gerçek**