**Рак легкого – наиболее часто встречающееся злокачественное новообразование.**   
  
❗Как предотвратить заболевание  
⛔Отказ от курения и нахождения в помещениях, где накурено.  
✅Использование различных методов личной защиты (маски, респираторы) при работе на вредном производстве, контакте с асбестовой пылью, лаками, краской, вредными химическими веществами.  
🍎🍅Сбалансированное питание, употребление фруктов, овощей, зелени.  
✅Регулярное проветривание помещений.  
🏃Движение. Сидячий образ жизни провоцирует появление застойных явлений в легких, что также может стать причиной рака. Для поддержания здоровья следует каждый день совершать по 30–40 минут пешие прогулки в умеренном темпе – это поможет улучшить кровообращение, укрепить иммунитет.  
✅Лечить и держать под контролем хронические заболевания дыхательных путей.

**Рак, выявленный на ранних стадиях, излечим!**  
❗Вас должны насторожить:  
➢ слабость, апатия, пассивность, повышение температуры;  
➢ одышка и приступообразный кашель или длительный изнурительный кашель с мокротой зеленоватого цвета или с кровью;  
➢ боль в груди, которая усиливается при кашле;  
➢ кровохарканье с прожилками и сгустками;  
➢ резкая потеря веса.