**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.