



कैंसर जागरूक प्रोग्राम

कैंसर को जानो, कैंसर को पहचानो और फिर रहो कैंसर से दूर
सौजन्य से अक्षांश रीसर्च फाउंडेशन

सही जानकारी रखे हमें कैंसर से दूर

कही सुनी बातें हमेशा हमें परेशान या कंप्यूज करती है किसी भी बात की जानकारी के लिए उस बात की पूरी जानकारी होने चाहिए खास तौर पर जब बात अपने शरीर की हो ,तो इसलिए इन बातों का हमेशा ध्यान रखे:-

१- कैंसर एक इलाज है

कैंसर को एक इलाज की तरह देखे, सही समय और सही इलाज से कैंसर को खत्म किया जा सकता है इसलिए कैंसर को एक इलाज समझिये

२- छुआ, छूत की बीमारी नहीं है

कैंसर कोई छुआ, छूत की बीमारी नहीं है, यह किसी के छूने से नहीं फैलता है इसलिए पीड़ित के साथ कोई भेद भाव ना करें

३-ये कोई पूर्व जन्म का दोष नहीं है

४-यह कोई खानदानी बीमारी नहीं है

कैंसर के मामले में ५ से १० % ही वंशगत माने जाते है बाकि ९०% आपके गलत आदतों की वजह से ही होता है इसलिए अपने आदतों को सही रखिए

५-कम या ज्यादा, नुकसान जरूर है

हम हमेशा ये सोचते है की थोड़ा कम खा लेते है हमें कुछ नहीं होगा, ये गलतफमी ना रखे, तम्बाकू, गुटखा सुपारी आदि चाहे कम खाए या ज्यादा खाए या यह हमें नुकसान जरूर करती है, इसलिए इन चीजों से बचे