

How to prevent cancer?



Chandrakanti Devi Cancer Foundation
Towards A Cancer Free World

कैंसर से बचाव कैसे करें?

- * धूम्र पान बिल्कुल न करें
- * खैनी, गुटखा, पान मसाला, कसैली का प्रयोग न करें
- * शराब का सेवन न करें



कैंसर से बचाव कैसे करें ?

- * भोजन में सब्जियों एवं फलों की अधिक मात्रा लें।
- * टीकाकरण (हेपेटाइटिस बी)



Cervical cancer vaccine for girls



Chandrakanti Devi Cancer Foundation
Towards A Cancer Free World

कैंसर का जल्दी पता कैसे लगाएं?

- * पहले बताए गए लक्षणों की कभी अनदेखी न करें
- * तुरंत डाक्टर से सम्पर्क करें
- * अगर शक लगे तो कैंसर विशेषज्ञ की सलाह लें
- * नियमित अंतराल पर कैंसर की स्क्रीनींग करवाएं

याद रखें: बीमारी का जल्द से जल्द पकड़ में आना सफल ईलाज की पहली शर्त है ।

