

암 예방과 치료를 위한 운동



대장암



유방암



위암

모든 성인에게 운동은 암 예방에
중요합니다. 특히
일곱 가지
흔한 암의 위험을
낮춰 줍니다



자궁내막암



식도암



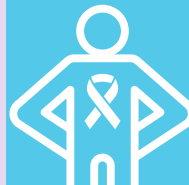
방광암



신장암



암 치료 중과 치료 뒤의 운동은
· 피로와 불안, 우울을 줄여 줍니다
· 몸의 기능과 삶의 질을 좋게 합니다
· 림프부종을 악화시키지 않습니다



암을 겪은 분은 운동을 생활에
들이세요. 유방암·대장암·전립선암
진단 뒤 생존율이 좋아집니다.