

Евгения Медведева: «Моя бабушка ушла из жизни на четвертой стадии рака. И все из-за того, что она очень редко обращалась к врачам»

Евгения Медведева рассказала, что для нее значит заботиться о здоровье.

Двукратная чемпионка мира стала гостьей премии «Вслух», где награждали просветителей в области женского здоровья.

«Я из тех девушек, которые очень пекутся о своем здоровье. Каждые две недели сдаю кровь, сдаю биохимию. Для меня самое главное – отслеживать состояние своего организма изнутри.

И уже на основании того, что я знаю свою «базу» внутри, делать какие-то внешние манипуляции – идти к косметологу, вплоть даже до лазерной эпилляции. Сначала обязательно нужно посмотреть, как организм в целом себя чувствует.

В спорте у нас приезжала специальная комиссия, чтобы брать кровь на биохимию, но это было раз в полгода. Но мне то зубки надо сделать, то какую-то маленькую операцию, чуть подровнять здоровье. И перед каждой малейшей махинацией я ввела в привычку сдавать анализы.

Поэтому у меня получается как минимум раз в месяц, как максимум – раз в две недели. В этом ничего плохого нет. Чего я вам советую – раз в месяц-два проверяться хотя бы на витаминки. И тогда вы точно будете лучше себя чувствовать. <...>

В моей семье произошло довольно-таки трагическое событие. Моя бабушка ушла из жизни на четвертой стадии рака поджелудочной железы. И все из-за того, что она очень редко обращалась к врачам, прямо очень редко. Человек советской закалки. Возможно, если бы она чуть раньше обратила внимание на повышенный сахар, на отечность ног, то можно было бы подхватить.

Поэтому, девушки, пожалуйста, если чувствуете какие-то отклонения, не стесняйтесь, бегите к врачам. Это не то что нормально, это нужно вам, нам и всем женщинам на этом белом свете», – сказала Медведева.