

NOWOTWORY skóry

Czym są nowotwory złośliwe skóry?

Nowotwory skóry to najczęstsze nowotwory u osób o jasnym kolorze skóry i stanowią około 30% wszystkich wykrywanych nowotworów złośliwych. Mogą występować na całej powierzchni skóry, jednak najczęściej pojawiają się na odsoniętych częściach ciała. Większość z nich można w pełni wyleczyć za pomocą prostego zabiegu chirurgicznego.

Co to jest czerniak?

Czerniak jest jednym z najczęściej spotykanych nowotworów złośliwych skóry. Jest najbardziej agresywny spośród wszystkich nowotworów skóry, diagnozowany również u młodych ludzi. Charakteryzuje się agresywnym wzrostem oraz możliwością tworzenia przerzutów, które są trudne w leczeniu. Tymczasem usunięcie czerniaka, kiedy choroba nie jest jeszcze zaawansowana pozwala na wyleczenie ponad 90% chorych. Dlatego tak ważne jest szybkie i prawidłowe rozpoznanie nowotworu!

Czy jestem w grupie podwyższonego ryzyka?

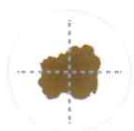
Ryzyko zachorowania na czerniaka i inne nowotwory złośliwe skóry wzrasta jeżeli:

- posiadasz jasną karnację, rude lub blond włosy, niebieskie oczy, liczne piegę;
- masz dużą liczbę znamion barwnikowych i znamion w miejscach drażnienia;
- doznałeś oparzeń słonecznych, szczególnie w dzieciństwie;
- słabo tolerujesz słońce, opalasz się z dużym trudem lub w ogóle;
- przebywasz w pełnym słońcu powyżej godziny dziennie;
- w rodzinie występowały przypadki czerniaka lub inne nowotwory skóry;
- korzystasz z solarium.

Na co muszę zwracać uwagę?

Nowotwory skóry można łatwo zdiagnozować samemu, jeśli obserwuje się swoją skórę. Zawsze kiedy widzisz nowe znamiona, narośla, przebarwienia lub zmiany w już istniejących pieprzykach jest to sygnał, aby jak najszybciej skonsultować się z lekarzem.

Szczególnie zwróć uwagę na cechy charakterystyczne czerniaka – zapamiętując **ABCDE** czerniaka:



Asymetria
np. znamię „wylewające się” na jedną stronę



Brzegi
poszarpane, nierównomierne, posiadające zgrubienia



Czerwony, czarny,
niejednolity kolor



Duży
rozmiar, wielkość zmiany powyżej 6 mm



Ewolucja,
czyli postępujące zmiany w znamieniu

Jak mogę uchronić się przed nowotworami złośliwymi skóry?

- Raz w miesiącu oglądaj swoją skórę – sprawdź, czy Twoje znamiona nie zmieniają się lub czy nie pojawiły się nowe.
- Jak zauważysz, że coś podejrzanego dzieje się z Twoim znamieniem, udaj się do chirurga-onkologa lub dermatologa.
- Unikaj słońca od 11.00 do 16.00.
- Jeśli chcesz się opalać, rób to z głową – pamiętaj o stosowaniu filtrów UV, noszeniu czapki i okularów przeciwsłonecznych.
- Nie opalaj się w solarium.
- Przynajmniej raz w roku odwiedzaj dermatologa lub chirurga-onkologa.

