



Меланома



Родинки есть на теле каждого человека. Они могут быть желтыми, коричневыми, черными – это всё в пределах нормы. Но бывает, что родинка вдруг начинает изменяться – расти, кровоточить или менять цвет. Возможно, это признаки развивающейся меланомы.

Меланома – одна из самых агрессивных форм злокачественных опухолей у человека. Быстро растет, глубоко проникает и дает метастазы уже через несколько месяцев.

ФАКТОРЫ РИСКА:

- ⚠️ **Ультрафиолетовое облучение:** загар в южных странах до 1-2 раз в год; солнечные ожоги, особенно у светлокожих.
- ⚠️ **Посещение солярия** людьми моложе 35 лет может на 75% увеличить риск развития меланомы.
- ⚠️ **Наличие на коже** врожденных или приобретенных родинок.
- ⚠️ **Травма родинки** при ношении неудобной обуви, трении одеждой, бритье и эпиляции.
- ⚠️ **Наследственные факторы:** наличие множественных диспластических невусов кожи (бородавок и родинок); меланома у близкого родственника.

ПРОФИЛАКТИКА РАЗВИТИЯ РАКА КОЖИ:

Это прежде всего самоконтроль и поведенческая дисциплина

- ⊕ **Следите за состоянием родинок** и бородавок, появлением новых.
- ⊕ **Носите солнцезащитные очки**, которые на 100% блокируют воздействие UVA- и UVB-лучей.
- ⊕ **Надевайте головные уборы**, защищающие от солнечных лучей и более плотную одежду.
- ⊕ **Выбирайте защитные крема** с широким спектром действия, которые не смываются водой и обладают солнцезащитным фактором (летом SPF30, в любое время года SPF15 и PPD).
- ⊕ **Откажитесь от солярия:** UVA-лучи глубже проникают в кожу и могут провоцировать рак.

МЕТОДЫ ДИАГНОСТИКИ :

- ✓ Если видим рост, увеличение размеров родинки более 7 мм.
- ✓ Если **меняются контурные линии старой родинки** (прерывистые края или неровные) или появление новой родинки с нечеткими краями.
- ✓ Если **родинка меняют окраску, наблюдаются новые оттенки:** коричневые, черные вкрапления, бесцветные участки или появление этих признаков у старой родинки.
- ✓ **Появление зоны воспаления** по краям пигментного образования кожи; кровоточивость и зуд.



При выявлении этих признаков немедленно обратитесь к врачу!



За консультацией врача обращайтесь в поликлинику по месту жительства и Республиканский кожно-венерологический диспансер