

Факторы риска развития меланомы

- Ультрафиолетовое излучение – основной фактор риска, повреждает генетический материал клеток кожи. Источники УФ: солнечное излучение, лампы для загара в соляриях.
- Невусы (родинки) – доброкачественная меланоцитарная опухоль кожи. Наличие на коже большого количества родинок увеличивает предрасположенность к меланоме.
- Веснушки, светлая кожа и волосы.
- Наличие меланомы у родственников. Приблизительно у 10% пациентов с меланомой отмечается наличие опухоли у их ближайших родственников.
- При семейной предрасположенности к меланоме специалисты советуют:
 - тщательно соблюдать правила защиты кожи от солнца;
 - ежемесячно проводить самостоятельный осмотр всей кожи;
 - регулярно обследоваться у специалистов.
- Предшествующий эпизод меланомы. У 5-10% пациентов в течение жизни появляется второй очаг меланомы.
- Ослабленный иммунитет.
- Возраст. Нередко меланома обнаруживается у молодых людей, но чаще всего она возникает в пожилом возрасте.

Ни в коем случае не применяйте никаких самостоятельных мер лечения.

Не прижигайте, не травмируйте образование — это может только способствовать разрастанию опухоли.

Лечение может назначить только врач!

При обнаружении каких-либо отклонений от нормы необходимо обратиться к врачу-терапевту, хирургу или онкологу по месту жительства.

Консультации по вопросам здоровья и здорового образа жизни вы можете получить по «Телефону здоровья»:
8 (8172) 72-00-60

График консультаций размещен на сайте:
volprof.volmed.org.ru
Группа ВКонтакте:
vk.com/vocmp_vologda

Материалы предоставлены главным внештатным специалистом-онкологом департамента здравоохранения Вологодской области

Департамент здравоохранения Вологодской области.
БУЗ ВО «Вологодский областной центр медицинской профилактики»
по материалам ФГБУ «НМИЦ профилактической медицины» Минздрава России.
Изготовлено и отпечатано: ООО «АЛЕКС ПРИНТ». 394007,
г. Воронеж, Ленинский пр-т, д. 94, к. 5, кв. 52,
тел.: 8 (473) 290-45-17 заказ 0000277, тираж 5000 экз., 2020 г.



Департамент
здравоохранения
Вологодской области

Вологодский областной
онкологический диспансер

Вологодский областной
Центр медицинской
профилактики

Профилактика меланомы

Памятка
для населения

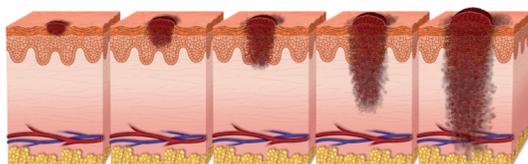
Вологда
2020

18+

Меланома

Это злокачественная опухоль. Она встречается у людей всех возрастов и в 90% случаев поражает кожу.

Более чем у половины больных меланома кожи развивается на фоне приобретенных или, реже, врожденных пигментных невусов (родинок).

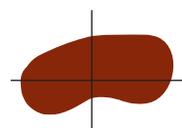


Стадии развития меланомы на коже

Симптомы перехода невуса (родинки) в меланому:

1. Быстрый рост невуса, его уплотнение
2. Изменение цвета давно существующей родинки
3. Появление красноты в виде венчика вокруг невуса
4. Возникновение зуда, жжения, напряжения, покалывания в области невуса
5. Появление трещин, изъязвления, кровоточивости в области невуса

Распознавание меланомы кожи



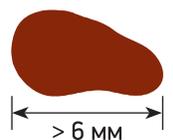
Ассиметрия невуса



Границы невуса: внешние края неровные



Цвет невуса: чаще неоднородный коричневый или черный; могут наблюдаться различные оттенки неравномерной по интенсивности окраски, а также некоторая степень покраснения или участки обесцвечивания серого или белого цвета



Диаметр: чаще всего, больше чем 6 мм

Если вы обнаружили у себя один или несколько из перечисленных признаков – обязательно обратитесь к врачу!

При своевременной диагностике

90% случаев заболевания раком кожи поддаются лечению!

Рекомендации по профилактике рака кожи



Избегать прямого воздействия солнечных лучей на кожу.



Не находиться на солнце с 11 до 14 часов.



Во время пребывания на солнце носить головной убор и одежду, закрывающую кожу. Пользоваться солнцезащитными очками.



Использовать наружные солнцезащитные средства.



Избегать посещения солярия, так как ультрафиолетовые лучи типа А, используемые в лампах для искусственного загара, существенно повышают риск возникновения рака кожи.



Не оставлять детей младше 3 лет под прямыми солнечными лучами. Необходимо обучать детей правильному поведению на солнце.



Проводить регулярные самообследования кожи.