

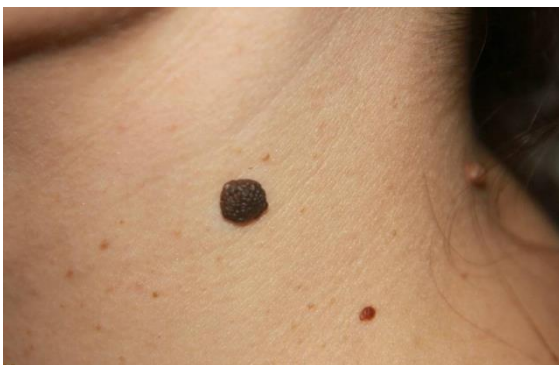


В период с 20 по 25 мая 2024 года в Витебской области пройдет акция «Профилактика меланомы и рака кожи»

Цели ее:

своевременное выявление и лечение онкологических заболеваний кожи; формирование ценностных установок на сохранение и укрепление здорового образа жизни, заботе о собственном здоровье; повышение информированности населения в области медицинских знаний

Номер телефона для предварительной записи желающих пройти первичный скрининг во время проведения акции на базе поликлиники при Браславской ЦРБ- 64803 . Также возможно предварительно записаться к врачу общей практики через Интернет на сайте УЗ «Браславская ЦРБ»: <https://www.braslcrb.by>



Меланома – один из самых опасных видов злокачественных опухолей. По данным ВОЗ, ежегодно в мире диагностируется около 200 тысяч случаев меланомы и более 2 млн. случаев других разновидностей злокачественных новообразований кожи. Злокачественная меланома является одним из самых распространенных видов рака и составляет 1,6% всех злокачественных

опухолей человека, причем заболеваемость постоянно растет. Отмечается более высокий уровень заболеваемости среди городских жителей, причем растет доля лиц, заболевающих в трудоспособном возрасте; выявлен более высокий риск заболевания городских женщин в молодом и среднем возрасте по сравнению с мужским населением.

Большинство раковых заболеваний кожи (90%), в т.ч. меланома, развивается в результате чрезмерного воздействия солнечных и искусственных ультрафиолетовых лучей на кожу человека. Солярий повышает риск развития меланомы на 75%, базалиомы – на 150%.

Из открытых источников Интернета



Родинка или всё же меланома?

Меланома – злокачественная опухоль, образующаяся при перерождении клеток меланоцитов, которые в нормальном состоянии находятся преимущественно в коже и вырабатывают под действием ультрафиолетового излучения окрашивающее вещество – пигмент меланин. Количество этих клеток и образующего ими пигмента определяет цвет кожи человека.

Меланоциты в большом количестве содержатся в невусах, именуемых в быту **родинками**, поэтому меланома может также развиваться и из этих достаточно безобидных образований, которые имеются у большинства людей.

Причины появления меланомы

Известны некоторые факторы, которые могут спровоцировать перерождение меланоцитов и развитие меланомы: травма, ультрафиолетовое облучение и гормональная перестройка организма, генетическая предрасположенность.

Группы повышенного риска развития меланомы

К группе повышенного риска относятся лица:

- с белой кожей рыжими волосами, с голубыми, серыми или зелёными глазами;
- постоянно обгорающие на солнце;
- перенесшие солнечные ожоги и длительно пребывавшие на солнце, особенно в возрасте до 20 лет;
- имеющие среди близких родственников больных меланомой (другим раком кожи);
- имеющие более 100 родинок на теле или более 50 в возрасте до 20 лет

Существует своего рода «**азбука меланомы**», описывающая ряд признаков перерождения родинки, обозначаемых первыми четырьмя буквами латинского алфавита:

A – асимметричность: форма «хороших» родинок чаще бывает симметричной.

B – края родинки обычно ровные и четкие. Неровный, фестончатый контур более характерен для меланомы.

C – доброкачественные родинки окрашены более или менее равномерно. Неодинаковый цвет разных частей новообразования более характерен для переродившейся родинки.

D – диаметр родинки более 6 мм: чем больше родинка, тем больше вероятность ее перерождения.

E – появление любых внешних изменений родинки:

- изменение цвета;
- нарушение или полное отсутствие рисунка кожи в области родинки, «лаковая» поверхность или шелушение;
- появление воспалительного ареола вокруг родинки;
- размывание контура родинки;

- увеличение размера родинки и ее уплотнение;
- зуд, жжение, покалывание в области родинки;
- появление трещин, изъязвлений в области родинки, кровоточивости;
- выпадение имевшихся на родинке волосков;
- внезапное исчезновение родинки.

Обнаружив у себя возможные признаки перерождения родимого пятна - обязательно обратитесь к врачу-онкологу.

Легче предупредить, чем лечить!

Уменьшить риск развития меланомы позволяет ряд несложных для соблюдения правил:

1. Регулярно осматривайте кожу. Особое внимание обратите на родинки в начале и в конце лета. При наличии каких-либо признаков их перерождения обязательно обратитесь к врачу.

2. Если у Вас много родинок, есть большие пигментные пятна или пигментное новообразование кожи, избегайте солнца и ежегодно проходите обследование у специалистов.

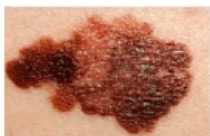
3. Следует ограничить воздействие на кожу ультрафиолетового излучения, как солнечного, так и искусственного (солярии). Если вы не можете удержаться от соблазна загара, то делайте это надо с умом. Никогда не загорайте с 10 до 15 часов. Это самое опасное время, когда солнце наиболее активно и вероятность быстро получить ожоги является высокой. В это время малоэффективны и солнцезащитные кремы. Они защищают кожу от ожогов, но не снижают риск развития меланомы и рака кожи.

4. Старайтесь находиться на солнце без защитных средств не более 30-40 минут. Самым надежным и простым способом защиты остаются наша одежда, головные уборы, защищающие кожу лица, и платки, прикрывающие шею. При этом предпочтение следует отдавать хлопчатобумажной и неприлегающей одежде.

5. Если вы любите отдыхать в жарких экзотических странах, отправляйтесь в путешествие осенью.

Использованы материалы из открытых источников Интернета

Как распознать меланому?



Асимметрия: меланома имеет неопределенные контуры, а не симметричные



Края: меланома имеет неровные края



Цвет: цвет меланом отличается от «обычного» цвета родинок – розовый, красный, черный



Размер: меланома имеет размеры, которые превышают 6 мм диаметром