BADAM SIĘ
mam pewność

Czym są nowotwory złośliwe skóry? Co to jest czerniak?

Nowotwory skóry stanowią około 10% wszystkich wykrywanych nowotworów złośliwych. Mogą występować na całej powierzchni skóry, jednak najczęściej pojawiają się na odsłoniętych częściach ciała. Większość z nich daje się wyleczyć za pomocą prostego zabiegu chirurgicznego.

Czerniak jest jednym z kilkudziesięciu nowotworów złośliwych skóry. Jest jednak najbardziej agresywnym nowotworem i spośród wszystkich nowotworów skóry, diagnozowanych u młodych ludzi, to właśnie czerniak jest jednym z najczęściej spotykanych. 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 80% chorych. Dlatego tak ważne jest szybkie i prawidłowe rozpoznanie nowotworu!

Dowiedz się więcej na **www.mz.gov.pl/profilaktyka**
Narodowy Program Zwalczania Chorób Nowotworowych
na lata 2016-2024

Ministerstwo Zdrowia

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 piegi,
- masz dużą liczbę znamion barwnikowych, znamion w miejscach po drażnieniu skóry,
- 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. ABCDE czerniaka:

A – asymetria np. znamię „wylewające się" na jedną stronę
B – brzegi poszarpane, nierównomierne, posiadające zgrubienia
C – czerwony, czarny, niejednolity kolor
D – duży rozmiar, wielkość zmiany powyżej 6 mm
E – ewolucja, czyli postępujące zmiany w znamieniu

Jak wygląda badanie skóry?

Wszelkie znamiona, narośla, pieprzyki, które mogą budzić niepokój powinny zostać zbadane przez lekarza dermatologa lub chirurga – onkologa i w razie jakichkolwiek wątpliwości wycięte. Badanie przeprowadzane u specjalisty jest szybkie, bezbolesne i nieinwazyjne. Lekarz ogląda skórę za pomocą dermatoskopu, który wychwytuje wszelkie atypowe zmiany.

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.
- ✔ Jak chcesz się opalać, to z głową – pamiętaj o stosowaniu filtrów UV, noszeniu czapki i okularów przeciwsłonecznych.
- ✔ Unikaj słońca w godzinach 11.00-16.00.
- ✔ Nie opalaj się w solarium.
- ✔ Przynajmniej raz na rok odwiedzaj dermatologa lub chirurga-onkologa.