



ОПАСНЫЕ РОДИНКИ. МЕЛАНОМА.

Онкологи рекомендуют регулярно осматривать свое тело на предмет выявления странных родинок или новообразований. Чтобы легче было определить, насколько родинка типична или нетипична, был разработан специальный метод, который называется ABCDE. Каждая буква в этой аббревиатуре обозначает (на английском) ключевой признак, на который надо обратить внимание.

A (asymmetry) – асимметрия. Родинка неравномерно разрастается в сторону. В норме, если через середину родинки провести воображаемую прямую, половинки будут симметричны.

B (border irregularity) – неровный край. Он может быть изрезанным, нечетким, и это один из признаков меланомы. В норме у родинки ровные края.

C (color) – цвет. Его неоднородность, вкрапления черных, красных, сизых оттенков должны насторожить. В норме родинка целиком одного цвета.

D (diameter) – диаметр. Если родинка в диаметре более 6 мм (это примерно размер ластика на кончике карандаша), она требует внимания специалиста.

E (evolving) – изменчивость. Имеется в виду изменчивость любой характеристики: цвета, формы, размера – все это повод нанести визит к дерматологу. В норме родинки остаются неизменными всю жизнь.

Осматривать свои родинки следует регулярно всем без исключения, но есть категория людей, которым надо уделить внимание к ним. Это в первую очередь те, у кого родственники болели меланомой или иными онкологическими заболеваниями, и те, кому уже удаляли подозрительные родинки. При наличии тревожных симптомов врач может назначить дерматоскопию и даже сделать индивидуальную фотокарту родинок. Прибор фотографирует их, а затем специальная программа создает схему их расположения на теле.

Меланома – злокачественная опухоль, развивающаяся из меланоцитов в результате их необратимого генетического перерождения

Факторы риска развития меланомы

Длительное воздействие УФ-излучения

Фенотип – белая кожа, голубые глаза, светлые волосы, веснушки.

Наличие в прошлом солнечных ожогов

Наследственность (меланома у близкого родственника – отец, мать)

Меланому очень важно найти на ранней стадии, когда опухоль ещё в верхнем слое кожи в этом случае меланома почти всегда успешно лечится!

Профилактика:

Использование солнцезащитного крема (желательно с SPF от 50+), особенно для светлой кожи и детей

Ограничение нахождения под ультрафиолетовым излучением (лето, активные часы солнца с 11-16)

Не пользоваться солярием. Совсем!

Носить головные уборы

Существуют и другие опухоли кожи, поэтому если заметили что-то необычное, чего быть НЕ ДОЛЖНО или родинка увеличилась в размерах, кровоточит, нужно немедленно обратиться к дерматологу или онкодерматологу.



cmp.zdrav-nnov.ru



vk.com/nocmp



[be_healthy_cmp](https://www.instagram.com/be_healthy_cmp)