

Что делать при случайном травмировании родинки?

Сначала необходимо остановить кровотечение при помощи тампона, смоченного в перекиси водорода. Затем - наложить на родинку сухую марлю, сложенную в несколько слоев, прижать пальцем и подержать в течение 5-15 минут. Если родинка оторвалась полностью, ее надо завернуть во влажную марлю и сдать на гистологический анализ. Если родинка травмирована частично, следует обратиться в медицинское учреждение, где ее правильно удалят и отправят на анализ.

Рекомендации для профилактики меланомы

Регулярно осматривайте свою кожу и соблюдайте правила пребывания на солнце.



Не выходите на солнце в часы его наибольшей активности (с 11.00 до 15.00).



Не подвергайте прямому солнечному воздействию детей грудного и младшего возраста.



Используйте головной убор, солнцезащитные очки, футболку для защиты себя и ребенка.



Наносите на кожу достаточное количество солнцезащитного средства.

90% случаев меланомы, выявленной на ранней стадии, излечимы. И этот показатель постоянно растет. Поэтому раннее выявление меланомы – необходимость.

Не будьте равнодушны к своему здоровью, к здоровью близких и родных.

Не забывайте: ВСЕ, ЧТО ТАК ДОРОГО ВАМ – В ВАШИХ РУКАХ!



Адрес:
г. Архангельск,
пр. Обводный канал,
д. 145, корпус – 1



ГБУ АО
«Архангельский клинический
онкологический диспансер»

Как предупредить меланому



или
**«Ранняя диагностика –
долгая жизнь»**

Советы онколога

Что такое меланома?

Меланома – один из видов злокачественных опухолей.

В ее меланомы, как и в основе родинки, лежат клетки меланоциты. Только у меланомы эти клетки очень агрессивные. Они все время делятся, вытесняя собой здоровые - в том пространстве, где находятся. Со временем этим клеткам становится тесно и они «уходят» в сосудистое русло, по которому с кровотоком разносятся по всему организму.

Отчего появляется меланома?

Факторами риска меланомы традиционно считаются:

1. родинки и невусы,
2. воздействие солнца или солярия, солнечные ожоги, особенно в детстве,
3. генетическая предрасположенность (светлая кожа, светлые волосы, голубые глаза).

Как выглядит меланома?

Правило ABCDE (по первым буквам английского алфавита) предназначено для самодиагностики новообразований на коже.

A – (Asymmetry, асимметрия). Неровность, несимметричность вновь возникшей родинки или нарушение симметрии ранее существовавшего пигментного пятна.

B – (Border, граница). Неровные, звездчатые границы.

C – (Color, цвет). Неравномерность окраски. В одном пигментном пятне могут встречаться очень черные участки наряду с менее окрашенными.

D – (Diameter, диаметр). Диаметр > 6 мм. При меньшем размере вероятность того, что это

пигментное пятно является меланомой, существенно ниже.

E – (Evolution, изменение). Быстрое изменение размера (ширины), цвета и толщины родинки или невуса.



При малейших подозрениях на злокачественное образование кожи - проконсультируйтесь у онколога

Как проводить самообследование?

Лучшее время для самообследования кожи - после душа или ванны в хорошо освещенной комнате с зеркалом. Осмотрите:



Лицо и ушные раковины.



Кожный покров головы (раздувая волосы при помощи фена).



Внешнюю и внутреннюю поверхность ладоней, пальцы, руки.



Локти, предплечья, подмышечные впадины.



Шею, грудь (женщинам следует уделить особое внимание области под грудью), живот.



Затылок, плечи, спину (встав спиной к большому зеркалу и смотреть в малое).



Ягодицы и заднюю поверхность бедер.



Внутреннюю поверхность бедер, икры, ступни, пальцы ног, область гениталий.

Нашли на теле что-то новое – к врачу. Лучшие потратить полчаса на то, чтобы успокоиться или начать лечение, чем месяцами и годами думать о том, «рак там у меня или не рак?!»