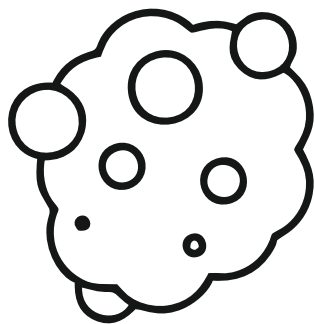


Planuję długie życie.pl

...dlatego zabezpieczam skórę przed nadmiernym promieniowaniem UV, nie korzystam z solarium, regularnie badam znamiona



CZERNIAK

to złośliwy nowotwór skóry, którego główną przyczyną jest nadmierna ekspozycja na promienie UV

Wczesnie wykryty czerniak jest wyleczalny

NOWOTWORY SKÓRY

Czym są nowotwory złośliwe skóry?

Nowotwory skóry to najczęstsze nowotwory u osób o jasnym kolorze skóry i stanowią około 30% wszystkich wykrywanych nowotworów złośliwych. Mogą występować na całej powierzchni skóry, jednak najczęściej pojawiają się na odsoniętych częściach ciała. Większość z nich można w pełni wyleczyć za pomocą prostego zabiegu chirurgicznego.

Co to jest czerniak?

Czerniak jest jednym z najczęściej spotykanych nowotworów złośliwych skóry. Jest najbardziej agresywny spośród wszystkich nowotworów skóry, diagnozowany również u młodych ludzi.

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 90% chorych. Dlatego tak ważne jest szybkie i prawidłowe rozpoznanie nowotworu!



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 i znamion w miejscach drażnienia

doznałeś oparzeń słonecznych, szczególnie w dzieciństwie

słabo tolerujesz słońce, opalasz się z dużym trudem lub w ogóle

przebywałeś w pełnym słońcu powyżej godziny dziennie

w rodzinie występowały przypadki czerniaka lub inne nowotwory skóry

korzystasz z solarium

NOWOTWORY SKÓRY

Na co muszę zwrócić 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.

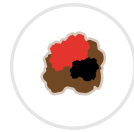
Szczególnie zwrócić uwagę na cechy charakterystyczne czerniaka - zapamiętując ABCD czerniaka:



Asymetria
np. znamię
„wylewające się”
na jedną stronę



Brzegi
poszarpane,
nierównomierne,
posiadające zgrubienia



**Czerwony, czarny,
niejednolity kolor**



Duży
rozmiar, wielkość
zmiany powyżej 6 mm



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 przeprowadzone u specjalisty jest szybkie, bezbolesne i nieinwazyjne. Lekarz ogląda skórę za pomocą dermatoskopu, badanie to pozwala wychwycić wszelkie nietypowe zmiany.



NOWOTWORY SKÓRY

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 lub dermatologa.

Unikaj słońca od 11.00 do 16.00.

Jeśli chcesz się opalać, rób to z głową - pamiętaj o stosowaniu filtrów UV, noszeniu czapki i okularów przeciwsłonecznych.

Nie opalaj się w solarium.

Raz w roku odwiedzaj dermatologa lub chirurga-onkologa.

Jak leczyć czerniaka i inne nowotwory złośliwe skóry?

Czerniak oraz inne nowotwory skóry we wczesnym stadium są łatwe do wyleczenia poprzez proste chirurgiczne wycięcie zmiany wraz z szerokim marginesem okolicznej tkanki. Często dokonuje się także biopsji węzłów chłonnych położonych najbliżej nowotworu, a jeśli choroba jest zaawansowana włącza się także inne formy leczenia, np. immunoterapię, terapię celowaną czy radioterapię.

