

## Профилактика меланомы

**10 мая – Всемирный день меланомы**

ГБУЗ ПК «Центр общественного здоровья  
и медицинской профилактики»



# Виды рака кожи



**Меланома** — злокачественная опухоль, развивающаяся из меланоцитов — пигментных клеток, продуцирующих меланин



# Что такое меланома



**Злокачественная опухоль**

**Локализуется преимущественно на коже**

**Развивается из уже существующих невусов (родинок) или появляется в виде новообразования, похожего на невус**

**Часто рецидивирует и дает метастазы**

**Может за несколько месяцев привести к летальному исходу**



# Факторы риска развития меланомы

- ☑ **Солнце**  
(УФ-излучение, солнечные ожоги)
- ☑ **Большое число родинок и веснушек**  
(более 50 родинок на всем теле и появление новых )
- ☑ **Наследственность**
- ☑ **I и II фототипы**  
(светлые глаза и волосы)
- ☑ **Повреждения кожи**
- ☑ **Слабый иммунитет**

## Подвержен ли я риску развития меланомы?

- ❓ У меня светлая кожа, светлые (голубые или зеленые) глаза, светлые волосы, есть веснушки
- ❓ Я провожу достаточно много времени на солнце или посещаю солярий
- ❓ В детском или юношеском возрасте у меня были ожоги
- ❓ У меня больше 50 родинок
- ❓ Мне больше 50 лет
- ❓ У родственников была меланома



# Симптомы меланомы



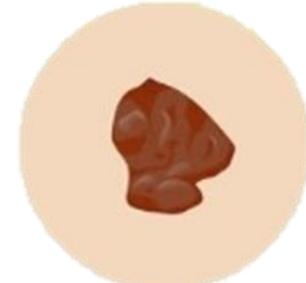
Зуд кожи, покалывание в области пигментного образования



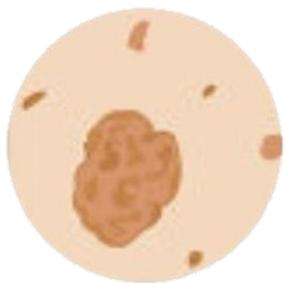
Изменение цвета, появление более светлых или темных участков на пигментном образовании



Выпадение волос с поверхности невуса



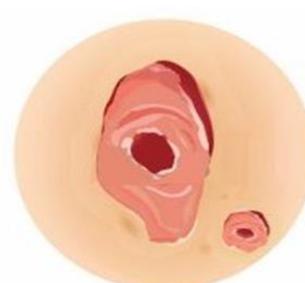
Увеличение в размерах



Появление «дочерних» родинок, или «сателлитов», возле основного образования



Неровность краев и уплотнение родинки



Появление язв и трещин, выделение крови или жидкости

**Заболеваемость меланомой в Пермском крае: 5–7 человек на 100 тысяч населения**



# Внимание, родинка!



Меланома может развиваться из родинки, которая при этом начинает расти вширь, появляются размытые края

Порядка 95% населения земного шара имеют родинки, и за ними нужен постоянный контроль

Никто не исключает развития меланомы на обычной коже

Совсем не обязательно, что большая родинка станет злом, а маленькая — безобидна



# Как распознать, что это?



**Родинка (невус)** – доброкачественное новообразование, в любом возрасте появляющиеся на разных участках лица и тела

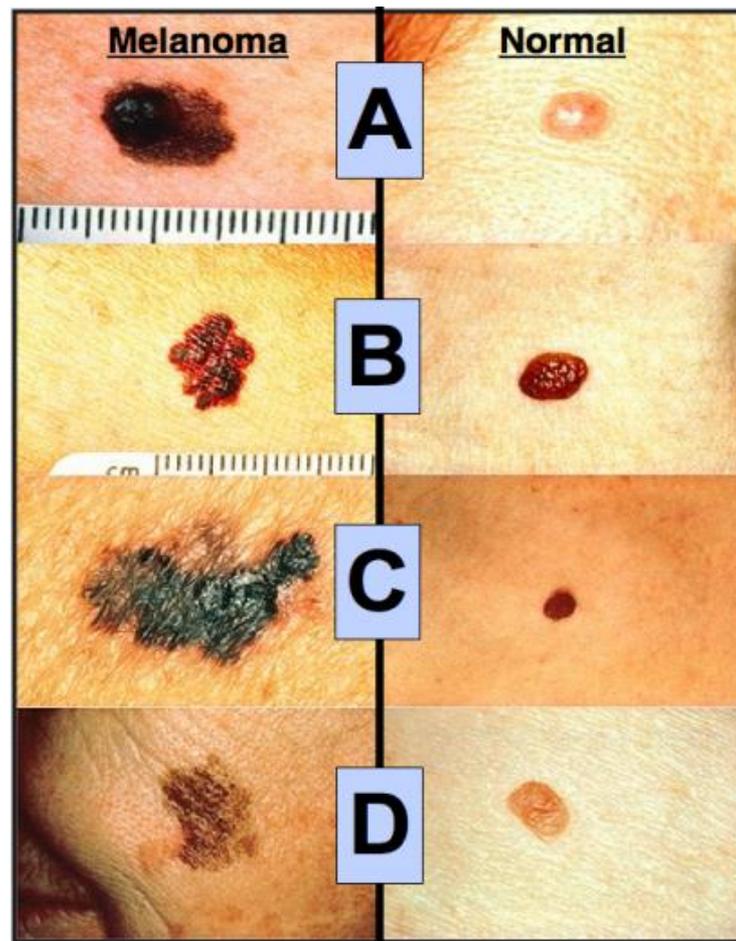
**Папиллома** - доброкачественные новообразование, представляет собой нарост в виде соска на ножке, возникает под воздействием вируса папилломы человека (ВПЧ)

**Меланома** – злокачественное новообразование



## Как распознать меланому?

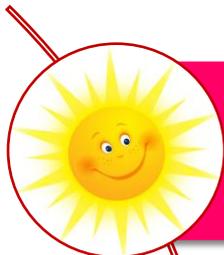
- \*Ассимметрия, имеет неопределенные контуры
- \*Неровные (нечеткие) края, размытые границы
- \*Изменение цвета на красный, розовый, черный или коричневый
- \*Увеличение размера, чаще более 6 мм



Если Вы обнаружили у себя один или несколько вышеперечисленных признаков, обязательно обратитесь к врачу!



# Как защитить свою кожу?



**Избегайте пребывания на солнце в часы его наибольшей активности с 10.00 до 16.00**



**Не подвергайте прямому солнечному воздействию детей грудного и младшего возраста**



**Используйте головной убор, солнцезащитные очки, светлую одежду для защиты себя и ребенка**



**Всегда перед выходом на солнце наносите солнцезащитное средство широкого спектра действия с фактором защиты, подходящим для вашего типа кожи**



# Кто поможет?

## Полезные сайты

- takzdorovo.ru
- budzdorovperm.ru
- Onco-life.ru

## Пермский онкологический диспансер

- Помощь бесплатная

## Поликлиника по месту жительства (кабинет раннего выявления онкологических заболеваний)

- Помощь бесплатная

