

25 мая Всемирный день меланомы в России

Меланома – коварный враг

Весна активно отвоевывает свои позиции у зимы и не за горами теплое лето, солнце и, конечно же, речка и пляж. Сотни людей будут работать в своих садовых хозяйствах, а добрая половина нашего населения потянется загорать и купаться. Тут стоит вспомнить о безопасности и поговорить, о таком кожном заболевании, как меланома.

Меланома - самая агрессивная из всех известных злокачественных опухолей, быстро образует метастазы, после чего считается практически неизлечимой.

В то же время предупредить развитие меланомы легче, чем другие виды рака. Для этого нужно только внимательно следить за родинками и пигментными пятнами на коже и знать, по каким признакам можно определить меланому.

Меланома преимущественно локализуется в коже, реже в сетчатке глаза, слизистых оболочках (полость рта, влагалище, прямая кишка). Она одна из наиболее опасных злокачественных опухолей человека, часто рецидивирующая и метастазирующая лимфогенным и гематогенным путём почти во все органы.

Заболеваемость меланомой составляет около 8 случаев на 100 тысяч населения среди мужчин и около 12 случаев на 100 тысяч населения среди женщин. В отличие от других форм рака (злокачественных онкологических заболеваний), меланома чаще поражает людей молодого возраста (15-40 лет).

Факторы риска, способствующие образованию меланомы:

1. Светлая кожа.
2. Наличие веснушек.
3. Солнечные ожоги в анамнезе.
4. Посещение соляриев.
5. Женский пол.
6. Наличие большого количества невусов.

Главные признаки, отличающие меланому это:

1. Быстрый рост новой родинки или начало быстрого роста старой родинки до сих пор остававшейся неизменной.
2. Изменение контурной линии старой родинки (неровные, прерывистые края) или появление новой родинки с нечеткими краями.
3. Неравномерная окраска (различные оттенки коричневого, черные вкрапления, бесцветные участки) новой быстрорастущей родинки, или появление этих признаков у старой родинки.

Дополнительные признаки диагностики меланомы это:

- Увеличение размеров родинки больше 7 мм;
- Появление зоны воспаления по краям пигментного образования кожи;
- Кровоточивость и зуд пигментного образования кожи.



Ввиду чрезвычайной опасности меланомы людям, подверженным большому риску развития этого заболевания (например, люди, проводящие много времени под открытым небом) рекомендуется соблюдать некоторые меры профилактики меланомы и других видов рака кожи. Для того чтобы уберечь себя от рака кожи:

- Постарайтесь максимально ограничить время пребывания на солнце, особенно в обеденные часы.
- Если пребывание на солнце неизбежно, защитите открытые участки кожи от воздействия прямых солнечных лучей: наденьте футболку с длинными рукавами, широкополую шляпу, штаны.
- Находясь под прямыми лучами солнца, обязательно используйте солнцезащитный крем. Фактор защиты крема должен быть не меньше 50.
- Изучите все главные и второстепенные признаки меланомы и по возможности обсудите их с врачом. Убедитесь в том, что точно знаете, как может выглядеть меланома и как ее отличить от обычной родинки.
- Регулярно осматривайте всю поверхность кожи. Кожу спины и головы должен осмотреть ваш друг или родственник.
- Обратитесь к врачу при обнаружении любого элемента кожи, вызывающего у вас подозрение.

Врач-дерматовенеролог ОГБУЗ «Чунская РБ» Рудых Анастасия Федоровна