**Всемирный день
борьбы с меланомой**

**Меланома** – это злокачественная опухоль кожи человека, которая образуется из пигментных клеток (меланоцитов), которые продуцируют меланины. Простонародное название – рак кожи.

Данное новообразование может возникнуть в любом возрасте, как у взрослых пациентов, так и у детей. Подвержены ему и все возрастные группы животных, например, меланому довольно часто можно встретить у собак.

**Согласно статистике**

**Факторы риска и причины**

****

****

**Фототипы кожи человека**

Относительный риск развития меланомы связан с фототипом кожи. При этом наиболее подвержены к развитию опухоли лица с I и II фототипом и наименее с V и VI, что однако не исключает у них полностью вероятность болезни

****

**Фототипы по Фитцпартрику**

**Первые признаки развития меланомы**

**Виды**

Поверхностно-распространяющаяся, 70 % случаев: как правило развивается у женщин, характеризуется горизонтальным ростом и в общем имеет благоприятный прогноз.



Узловая меланома, 15 %: чаще у мужчин, характеризуется ростом в толщу кожи, считается самым неблагоприятным в плане прогноза типом.

Акролентигинозная меланома 10 %: известна и как подногтевая меланома. Растёт также на кончиках пальцев, ладонях. Встречается чаще всего у темнокожих лиц.

Лентигинозная меланома (злокачественная веснушка Хатчинсона, меланоз Дюбрейля) 5 %: развивается на фоне пигментного пятна (родинки), как правило на лице, главным образом у женщин. Характеризуется горизонтальным, медленным ростом и имеет наиболее благоприятный прогноз.

Ахроматическая меланома (беспигментная) очень редко.

**Другие меланомы**

****

Меланома сетчатки глаза

  Линтигиозная меланома слизистых оболочек— 1 % от общего числа меланом. Встречается в полости носа, рта, перианальной и вульвовагинальной областях. Характеризуется выраженной, неравномерной пигментацией.

Малигнизированная меланома мягких тканей — растёт на связках и апоневрозах. Встречается во всех возрастных группах, в том числе у детей и подростков.

**Основные меры профилактики меланомы**

****

Необходимо резко ограничить пребывание на открытом солнце, особенно в летний период.


2. В жаркое время года резко ограничить использование парфюмерии на открытых участках кожи, так как это может спровоцировать ожоги.


3. По возможности ограничить себя от проведения таких агрессивных косметологических процедур как пилинг и отбеливание, которые раздражают клетки кожи.


4. Полностью исключить механическое повреждение любых невусов (родинок) на теле. Любые средства личной гигиены – ножницы, щетки, мочалки, лезвия и бритвы – никоим образом не должны травмировать кожу и новообразования на ней.

5. Своевременное обследование, а при необходимости и удаление, всех подозрительных новообразований на коже.

6. Необходимо следить за количеством употребляемой жидкости, особенно в жаркое время года, чтобы не доводить свой организм и кожу до обезвоживания. Так же следить за своим питанием, в котором необходимо отдать предпочтение сложным углеводам, белкам и продуктам с большим содержанием витаминов, минералов и микроэлементов.