

Признаки меланомы

1. Родинка из плоской превратилась в выпуклую.
2. Если раньше родинка была симметричной, то при меланоме её края с какой-либо стороны начинают деформироваться.
3. В районе родинки ощущается пощипывание, зуд.
4. Меняется плотность родинки. Её части могут отпадать, размягчаться, шелушиться.
5. Родинка кровоточит.
6. Родинка меняет цвет на практически чёрный или резко светлеет.
7. Под кожей прощупывается узелок, не возвышающийся над поверхностью кожи.

Проявления меланомы у каждого человека могут проявляться по-разному. У кого-то могут быть сразу все признаки, а у кого-то проявится только один или два симптома. Однако, даже самое малейшее изменение родинки или родимого пятна, не стоит оставлять без внимания.

Явление, когда родинка шелушится, также может быть признаком изменения состояния родинки и предвещать меланому. Вследствие этого при первом же проявлении шелушения стоит обратиться к врачу.

Профилактика меланомы

1. Профилактика меланомы заключается в раннем выявлении предмеланомных поражений и меланомы в стадии радиального роста. Лицам с высоким риском заболевания меланомой необходимо пользоваться солнцезащитными кремами, избегать солнечного облучения и травматизации невузов.

2. Чтобы избежать пагубного воздействия солнца, нужно соблюдать правила пребывания на солнце:

3. Не стоит загорать до очень темного оттенка. Следует ограничить пребывание на солнце. Если имеются большие пигментные пятна или родинки, их вовсе следует закрывать или покрывать защитным кремом. Но загорать разрешается не всем. Если у вас много родинок по всему телу или у вас светлая кожа, то загар вам противопоказан. В других случаях следует следить за правильным загаром.

4. Избегайте пребывания на солнце в районе с 12 часов дня до 18 часов вечера. Именно в это время солнце наиболее пагубно влияет на организм и кожу человека.

5. При выходе из моря на солнце вытирайте тело полотенцем. Не допускайте того, чтобы кристаллы соли, содержащиеся в морской воде, высыхали на теле и вредили коже и родинкам.

6. Пользуйтесь солнцезащитными кремами. А родинки и родимые пятна закрывайте от прямого солнца.

Травмы родинки также являются частой причиной перерождения родинки в меланому. Старайтесь не повреждать места, где находится родинка. Если родинки имеются на лице у мужчин, их следует удалить, так как при бритье существует большая вероятность повредить родинку. Также, если имеются родинки в области манжетов рубашки там, где носите кольцо или цепочку и в других местах постоянного контакта одежды, аксессуаров и прочего с родинкой.

Еще одним важным средством для профилактики меланомы является регулярное обследование у врача онколога. Такое обследование должно происходить как минимум раз в год, а лучше два раза в год. Также следует самостоятельно обследовать состояние своих родинок. Особый тщательный анализ состояния и изменения родинок рекомендуется проводить в начале жаркого сезона и поздней осенью. С малейшими изменениями, обращайтесь к врачу.

Метод ABCDE

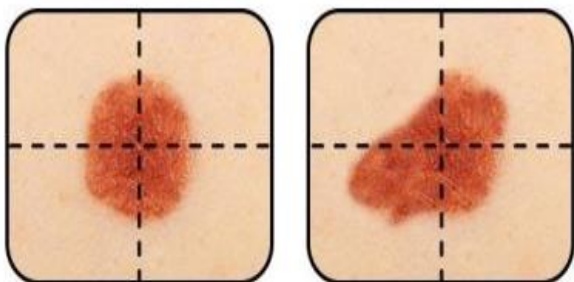
Был создан для распознавания опасных родинок. Каждая буква в аббревиатуре обозначает (на английском) опасный признак.

НОРМА

ОПАСНО

A

(ASYMMETRY) — асимметрия



B

(BORDER IRREGULARITY) —
неровный край



C

(COLOR) — цвет:



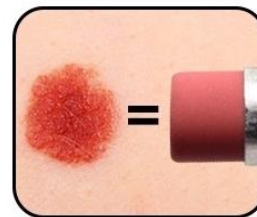
*родинка целиком
одного цвета*



*неоднородность,
черные или
красные
вкрапления*

D

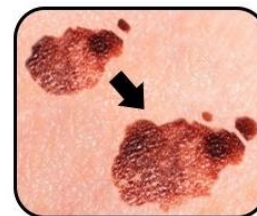
(DIAMETER) — диаметр:



*диаметр более
5 мм (как ластик
на карандаше)*

E

(EVOLVING) — изменчивость:
цвета, формы, размера



*родинки
остаются
неизменными
всю жизнь*