



Единый день здоровья

Информационный бюллетень
отдела общественного здоровья



23 мая
2019 года

День профилактики меланомы

Обратите внимание:

По данным ВОЗ:

каждый год в мире регистрируется более 200 тысяч случаев заболеваний меланомой;

заболеваемость меланомой за последние 50 лет возросла в 7 раз (со смертельным исходом в половине всех случаев);

более 60 тысяч человек погибают от злокачественных новообразований кожи, в том числе меланомы – 48 тысяч;

доля меланомы в структуре онкологических заболеваний составляет всего 2,3 %, в то же время являясь причиной 75 % смертей от рака кожи

К сведению:

В Республике Беларусь:

на учете по поводу меланомы состоит более 6,5 тысяч человек.

30 лет назад ежегодно выявлялось 60 первичных случаев меланомы в год, а сейчас эта цифра достигает 700, т.е. число регистрируемых случаев увеличилось более чем в 10 раз;

в большинстве случаев заболевают лица среднего возраста (40-45 лет);

в последнее время всё чаще заболевание встречается у людей молодого возраста (от 20 до 30 лет);

женщины болеют меланомой в 2 раза чаще мужчин;

люди со светлой кожей и волосами, голубыми и серыми глазами более подвержены данному типу рака кожи

День профилактики меланомы проводится с целью привлечения внимания к профилактике и ранней диагностике онкологических заболеваний кожи и снижения уровня смертности от меланомы, поскольку на ранней стадии развития меланома излечивается.

Меланома – это разновидность рака кожи, при которой происходит поражение пигментных клеток, расположенных в коже человека. Она встречается не так часто, как другие виды рака кожи, но наиболее опасна из-за высокого риска метастазирования, что приводит к развитию тяжелых случаев и смерти больного.

Самыми распространенными предшественниками меланомы являются невоидные новообразования кожи, однако меланома может появиться на коже любого здорового человека.

Наиболее значимыми известными факторами риска развития меланомы кожи считается избыточное ультрафиолетовое облучение в сочетании с

генетической предрасположенностью: светлой, восприимчивой к солнечным ожогам, кожей и большим числом меланоцитарных невусов, синдромом атипических невусов и семейных атипических невусов. Опухоль может развиваться в любой области тела, но наиболее типичной ее лока-



лизацией у женщин являются нижние конечности, а у мужчин – туловище (примерно 50% всех меланом).

К группе повышенного риска развития меланомы относятся лица: с первым и вторым фототипом кожи; перенесшие солнечные ожоги и длительно пребы-

вавшие на солнце, особенно в возрасте до 20 лет; имеющие среди близких родственников больных меланомой (другим раком кожи) и /или имеющие более 100 родинок на теле или более 50 в возрасте до 20 лет. Примерно в 20–30% случаев меланома развивается на месте врожденных или приобретенных пигментных невусов.

Одним из основных факторов риска развития меланомы является избыточное воздействие ультрафиолетового излучения. Избыток солнечных лучей может быть опасен и даже смертелен. Чрезмерное пребывание на солнце в детском возрасте значительно повышает риск развития заболевания. Ожог, вызванный длительным пребыванием под солнцем, повышает риск развития меланомы более чем в 2 раза. Искусственный загар, полученный с использованием специального оборудования, может привести к развитию рака кожи, поэтому лица моложе 18 лет не должны посещать солярий.

Профилактика меланомы

Уменьшить риск развития меланомы позволяет ряд несложных для соблюдения правил:

Регулярный осмотр кожных покровов.

Обязательная защита кожи от воздействия ультрафиолетового излучения при большом числе пигментных или атипических меланоцитарных невусов.

Ограничение времени нахождения на открытом воздухе в солнечную погоду с 10 до 15 часов в летнее время.

Адекватное использование фотозащитных средств (головные уборы, солнцезащитные очки, одежда, солнцезащитные кремы).

Ограничение использования соляриев.

Признаки перерождения родинок:

резкое изменение пигментации - до черного цвета или, напротив, уменьшение интенсивности окраски;

появление неравномерности пигментации; шелушение;

нарушение и/или полное отсутствие кожного рисунка невуса;

появление воспалительной ареолы вокруг невуса (красноватый венчик);

увеличение в размерах и уплотнение;

появление трещин, изъязвлений, кровоточивости.

Каждый из этих признаков должен серьезно насторожить и заставить немедленно обратиться к специалисту.