

Обследуйте родинки – сохраните свою жизнь!



По данным ВОЗ, ежегодно в мире диагностируется **от 130 000 до 300 000 случаев меланомы**. Это злокачественная опухоль кожи, которая очень быстро дает метастазы и способна привести к летальному исходу буквально за несколько месяцев.

Статистика неумолима: 25% заболевших меланомой не удается спасти из-за позднего выявления. В России эта цифра доходит до 40%, в то время как при ранней диагностике заболевание излечимо в 90 % случаев.

Среди факторов, способствующих ежегодному росту заболеваемости, - ухудшение экологической ситуации, увеличение проницаемости атмосферы для вредных УФ-лучей, мода на загар и, как следствие, длительное пребывание на солнце без солнцезащитных средств или использование средств с низким фактором защиты, а также активное посещение солярия.

Несмотря на важность проблемы, уровень осведомленности населения о роли ультрафиолетовых лучей в развитии меланомы и других раков кожи остается довольно низким.

Меланома кожи - онкологическое заболевание кожных покровов, характеризующееся появлением и ростом на коже новообразования чаще темного цвета, неправильной формы с неровными краями, легко травмируемое, может сопровождаться зудом, реже болезненными ощущениями, на развитых стадиях мокнет, кровоточит, оставляя темные следы на одежде. Отличается способностью быстро, иногда уже на ранних стадиях болезни, метастазировать в лимфатические узлы и другие органы и части тела.

Профилактика меланомы кожи

Кожа – самый большой орган человека, её масса достигает 3-3,5 кг. Кроме того, это пограничная ткань, покрывающая и

защищающая все органы и системы организма, принимая на себя все неблагоприятные факторы внешней среды. Также это орган выделения и терморегуляции. Человек не может жить без кожи и поэтому она заслуживает к себе внимания, причем совсем небольшого, по сравнению с той ролью, которую она играет в поддержании жизни. Для профилактики развития меланомы и других опухолей кожи достаточно её беречь от чрезмерного воздействия механических и химических травм, неоправданной нагрузке ультрафиолетом и раз в год проходить осмотр у дерматолога или дерматоонколога. Так же надо помнить, что если на коже появилось какое-нибудь образование, которое выросло и продолжает увеличиваться в течение нескольких месяцев – это повод безотлагательно посетить врача.

Факторы риска

Наиболее значимым факторами риска развития меланомы следует признать следующие три:

- Ультрафиолетовое излучение, особенно в составе солнечного спектра Южных широт, богатого С-диапазоном ультрафиолета.
- Травма кожи (механическая, химическая, физическая), особенно в области родинок.
- Генетическая предрасположенность – семейная меланома.

Симптомы

Основным симптомами неблагополучия со стороны пигментного образования кожи, которые человек, при небольшом внимании к себе, может выявить самостоятельно, – это увеличение и изменение цвета ранее существовавшей или появившейся со временем родинки.

В целом появление, рост и эволюционные изменения родинок в течение жизни это нормальное явление. До возраста 35-40 лет родинки могут расти, приподниматься над кожей, менять цвет, чаще в норме с более темного на более светлый или даже исчезать. Однако это всегда происходит медленно, в норме скорость изменений – годы. Если же существовавшая или появившаяся родинка изменяется в течение нескольких месяцев (обычно пациенты отмечают заметные изменения в течение 3-6 месяцев), это повод незамедлительно обратиться к специалисту.

Еще более полно изменения родинок, требующих консультации специалиста, описывает правило ABCD:

- А – asymmetry. Нарушение симметрии. Обычно нормальные родинки и доброкачественные пигментные образования имеют две или, по крайней мере, одну ось симметрии.

- В – border. Неровные края образования. Появление неровности, изрезанности, полицикличности границ образования – тревожный симптом.

- С – colour. Изменения цвета. Любые нарушения пигментации образования – усиление, уменьшения или появление её неоднородности.

- D – diameter. Увеличение образования.

Наличие одного из этих симптомов повод более внимательно присмотреться к образованию кожи. Наличие нескольких или всех этих симптомов – повод к немедленному обращению к специалисту.

Еще одно явление, на которое необходимо обратить внимание, это зуд в области образования кожи, который может свидетельствовать о его неблагополучии.

Когда обратиться к врачу

Своевременное и раннее обращение к специалисту – это залог успешного лечения любого онкологического заболевания, в том числе и меланомы кожи. На ранних стадиях излечить меланому удастся в 90-95 % случаев. Позднее обращение приводит к заметному, а порой значительному снижению шансов на успех лечения этой патологии кожи.

Подготовка к посещению врача и, какие вопросы может задать вам доктор

Конкретизируйте то, что Вас беспокоит. Можно составить список симптомов, которые Вас заставили обратиться для консультации.

Будьте готовы ответить на такие вопросы врача:

- Как долго существовало пигментное образование кожи, до того как оно стало вас беспокоить или когда оно появилось, или когда вы обратили на него внимание?

- Как долго вы наблюдаете изменения родинки и в чем они заключаются?

- Были ли травмы этой области кожи? Как часто и интенсивно подвергались инсоляции – поездки в южные широты, увлечение пляжным отдыхом, посещение солярия?

- Нет ли легкой травмируемости или признаков кровоточивости?

- Нет ли в семье родственников, которые болели меланомой кожи.