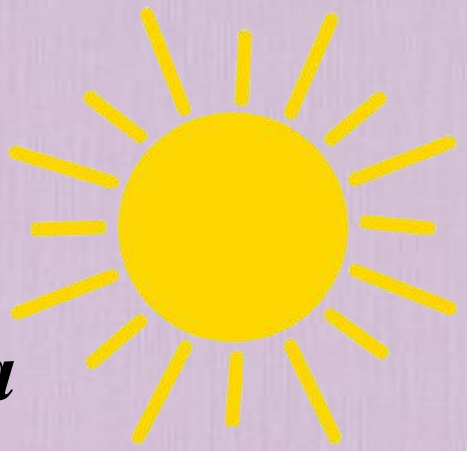
Czerniak
złośliwy nowotwór skóry

Wywodzi się z melanocytów – komórek wytwarzających barwnik zwany melaniną. Melanina sprawia, że skóra ciemnieje w kontakcie z promieniowaniem ultrafioletowym, czyli np. w kontakcie z promieniowaniem słonecznecznym czy promieniowaniem stosowanym w solarium. Czerniaki najczęściej pojawiają się na skórze, ale mogą wystąpić także w obrębie ust, nosa czy gałki ocznej. W Polsce umieralność na tę chorobę jest o 20% wyższa niż w Europie, przy o 50% mniejszej częstości zachorowań. Jedną z przyczyn tego stanu rzeczy jest późna wykrywalność oraz brak świadomości na temat profilaktyki czerniaka. Co roku wzrasta również zapadalność na czerniaka wśród dzieci i osób poniżej 20 roku życia. W Polsce czerniaki są nowotworami o największej dynamice wzrostu zachorowań.

Jak uchronić się przed czerniakiem?

Stosowanie kremów z filtrami nie daje 100% ochrony przed nowotworami, jednak zmniejsza ryzyko ich rozwoju. Trzeba pamiętać, aby korzystać z preparatów zawierających zarówno filtry UVA jak i UVB, stosować kremy z ochroną odpowiednią do karnacji skóry, a także stosować filtry każdorazowo po kontakcie skóry z wodą.

Profilaktyka:



* *unikanie długotrwałego przebywania na słońcu*
* *nie korzystanie z solarium*
* *samodzielna kontrola znamion barwnikowych na skórze*
* *regularne wizyty u dermatologa*

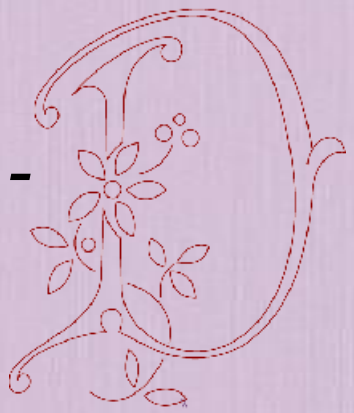
Alfabet czerniaka:

– **asymetria** – *połowy różnią się od siebie*

– **brzegi** – *nieregularne, poszarpane*

różne odcienie brązu – **ciemne kolory -**

powyżej 6mm – **duża średnica -**



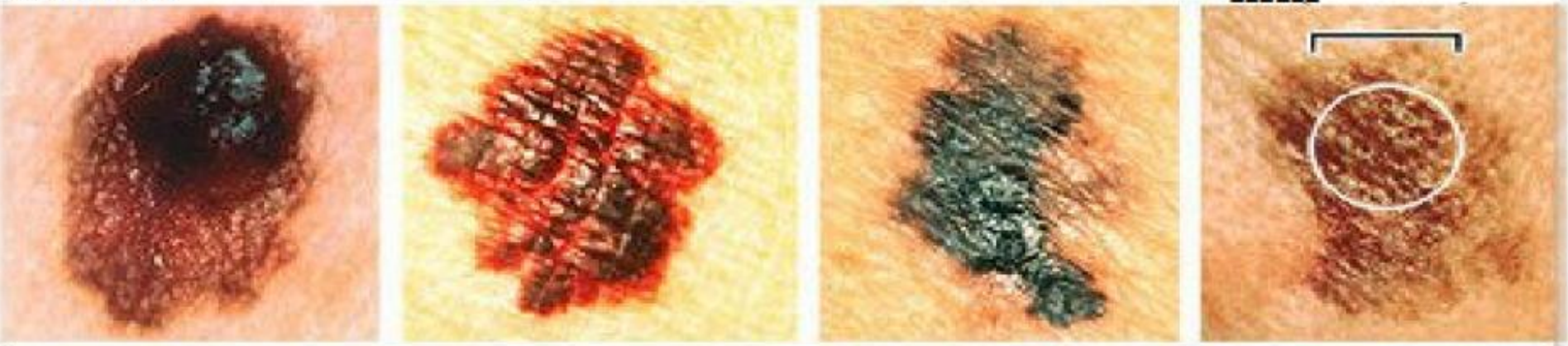
– **ewolucja** – *zmiany kształtu, koloru, wielkości*

Asymetryczny kształt

Nieregularne brzegi

Kolor

Przekrój powyżej 6 mm



Ewolucja

Gdzie szukać czerniaka?

Czerniaki najczęściej występują na nogach, z przodu i z tyłu, oraz na plecach i karku. Czerniak może pojawić się na skórze głowy, między włosami. Może też rozwinąć się w miejscach, które w niewielkim stopniu są narażone na kontakt z promieniami UV – nawet na pośladkach czy wargach sromowych. Czerniak może być nowym znamieniem na skórze, ale też może powstać z już istniejącego zdrowego znamienia pod wpływem słońca lub światła UV stosowanych w solariach.

Zagrożenie zachorowaniem na czerniakiem wzrasta u osób:

- o jasnej karnacji, rudych lub blond włosach, niebieskich oczach, licznych piegach
- o dużej liczbie znamion barwnikowych, znamion w miejscach drażnienia
- które doznały oparzeń słonecznych, szczególnie w dzieciństwie
-słabo tolerujących słońce, opalających się z dużym trudem lub w ogóle
- przebywających w pełnym słońcu powyżej godziny dziennie
- u których w rodzinie występowały przypadki czerniaka lub innych nowotworów skóry
- korzystających z solarium

Dziękuję za uwagę

Maria Mantur 7c