

В нашем организме много интересного и малоизвестного для непрофессионалов. Удивительный факт: кожа самый большой орган человеческого тела, защищающий организм от тепловых и световых воздействий, инфекций и других неблагоприятных факторов. Кожный покров человека составляет в среднем 2 кв. м, он служит важным показателем общего состояния и благополучия организма, постоянно претерпевая изменения. В коже, как и других органах, могут возникнуть опухоли, как доброкачественные, так и злокачественные. Особого внимания среди злокачественных новообразований кожи заслуживает меланома.

Можно ли самостоятельно заподозрить у себя меланому? К кому обращаться с подозрительной родинкой? Ответы на эти вопросы попросили дать заведующую отделением медицинской профилактики Козлову Ольгу Анатольевну.

Меланома считается одним из самых страшных и опасных видов рака, так ли на самом деле?

Основная опасность меланомы - ее склонность к быстрому прогрессированию и раннему метастазированию. Болеют люди не только пожилого возраста, но и молодые. Развитие заболевания провоцируется ультрафиолетовым облучением кожи. Риск развития меланомы связан с генетическими факторами. Наиболее подвержены люди с определенным фототипом кожи: с белой кожей, светлым цветом глаз, блондины и рыжеволосые. В группу риска можно отнести людей, подверженных и склонных к быстрому развитию солнечных ожогов. Этим лицам не рекомендуется пользоваться солярием и длительно пребывать на солнце. По данным исследований, солнечные ожоги, полученные в детстве, способны привести к развитию меланомы кожи во взрослом возрасте. В группе риска развития меланомы также находятся люди с множественными родинками, особенно атипичными, так называемыми диспластическими невусами кожи, необычной формы и большого размера. Для людей с такими родинками защита от чрезмерного влияния солнечного излучения приобретает жизненно важное значение.

Поскольку рак кожи, в том числе меланома, относится к наружным локализациям опухоли, ответственность за раннюю диагностику лежит и на самом человеке. Людям из группы риска с наличием родинок необходим регулярный самоконтроль кожи.

Необходимо обращать внимание при наличии родинок на коже на изменение их размера, формы, цвета, появление зуда, изъязвления, кровоточивости. При таких симптомах необходимо как можно скорее проконсультироваться у дерматолога или онколога. При посещении онколога и дерматолога используется метод дерматоскопии, который позволяет выявить злокачественный характер изменения кожи.

Вероятность благоприятного прогноза при меланоме высока, если обнаружить ее на ранней стадии и сразу же начать адекватное лечение. Основным методом лечения меланомы кожи всех стадий остается операция. При распространенном заболевании для терапии меланомы также используется лекарственная терапия.

Как предупредить - это заболевание?

Профилактика рака кожи, в том числе и меланомы, заключается в защите от воздействия неблагоприятных факторов, таких как ультрафиолетовое, термическое, химическое и другие воздействия. По возможности, лучше носить одежду, максимально закрывающую тело от солнечных лучей. Следует помнить и о головных уборах. Широкополая шляпа защитит лицо, уши и шею. Мужчины могут носить бейсболки с козырьком. Людям, склонным к появлению солнечных ожогов, рекомендуется использовать солнцезащитные средства, а также избегать пребывания на солнце, особенно с 11.00 до 16.00 часов, когда ультрафиолетовые лучи являются самыми сильными.

С каждым годом опухолей кожи становится все больше, поэтому быть внимательным к своему взаимодействию с солнцем - задача каждого из нас. С течением времени мы должны правильно сформировать культуру пребывания под ультрафиолетовыми лучами. Важно, чтобы многие начали этот путь уже сейчас!