

# POZNAJ CZERNIAKA

## Co powinniśmy wiedzieć o czerniaku?

- to nowotwór złośliwy skóry, który wywodzi się z komórek barwnikowych – tzw. melanocytów
- jego rozwój jest ściśle związany z promieniowaniem UV (słońce, solarium)
- może rozwinąć się na skórze niezmiętej lub w obrębie już istniejących znamion barwnikowych
- jest to jeden z najbardziej złośliwych i agresywnych nowotworów człowieka
- w ostatnich latach obserwuje się dynamiczny, niepokojący wzrost zachorowań na czerniaka
- zbyt późno rozpoznany cechuje się wysoką śmiertelnością ponieważ daje przerzuty do innych tkanek oraz narządów wewnętrznych
- wcześniej rozpoznany daje duże szanse na pełne wyleczenie
- profilaktyka i wczesne wykrywanie to istotne elementy w walce z czerniakiem

## Jakie czynniki zwiększają ryzyko rozwoju czerniaka?

- jasna karnacja, jasne - rude, blond włosy, niebieskie oczy, piegi
- skłonność do oparzeń słonecznych, nadwrażliwość na światło słoneczne
- nadmierne ekspozycje na promieniowanie słoneczne
- korzystanie z solarium
- zespół znamion dysplastycznych, duża liczba znamion barwnikowych
- czerniak lub inne nowotwory skóry w rodzinie
- oparzenia słoneczne - szczególnie w dzieciństwie

Należy jednak pamiętać, że brak wymienionych czynników nie wyklucza zachorowania na czerniaka!

## Co robić żeby zapobiegać?

- naucz siebie oraz bliskich SKUTECZNEJ fotoprotekcji. Stosuj preparaty z filtrami UV, unikaj słońca w godzinach 11-16, pamiętaj o odzieży ochronnej typu czapka, okulary
- nie korzystaj z solarium
- regularnie obserwuj swoją skórę. Sprawdzaj czy nie pojawiły się na niej nowe znamiona, a te już istniejące nie zmieniły kształtu, koloru, wielkości
- jeśli zauważysz coś niepokojącego niezwłocznie zgłoś się do lekarza

### Partnerzy:

NASZA DERMATOLOGIA Online  
OUR DERMATOLOGY Online



CZERNIAK TO NOWOTWÓR KTÓRY MOŻEMY DOSTATECZNIE SZYBKO ZAUWAŻYĆ. WCZEŚNIE ROZPOZNANY DAJE DUŻE SZANSE PEŁNEGO WYLECZENIA!

## Na co zwrócić uwagę obserwując znamiona, czyli zasada ABCDE

- A** – asymetria: dwie połowy znamienia różnią się od siebie
- B** – brzeg: brzegi znamienia są niewyraźne, poszarpane, zamazane, nieregularne
- C** – kolor: w obrębie znamienia występuje kilka kolorów tj. odcienie czerni, brązu, czerwieni, szarości czy błękitu.
- D** – duży rozmiar: dotyczy znamion o średnicy > 6mm
- E** – ewolucja: znamię zmienia kształt, unosi się, powiększa, istotnie różni się wyglądem od innych znamion

## Inne objawy które powinny nas zaniepokoić to:

- świąd, zaburzenia czucia w obrębie znamienia
- krwawiąca powierzchnia
- stan zapalny w obrębie znamienia



**ZBADAJ ZNAMIONA** – w dniach 14 - 30 kwietnia w gabinecie TRYCHODERM przy ulicy Kossaka 22 w Słupsku będzie można zbadać znamiona na skórze. Badania przeprowadzi specjalista dermatolog dr n. med. Piotr Brzeziński. Badanie jest częściowo sponsorowane - koszt dla pacjenta: **30 zł**. Konieczna wcześniejsza rejestracja pod numerem telefonu: 513-712-752

**POZNAJ CZERNIAKA** – dnia 6 maja o godzinie 17.00 w budynku Akademii Pomorskiej przy ulicy Westerplatte w Słupsku odbędzie się spotkanie dotyczące profilaktyki czerniaka. Zapraszamy wszystkich, którzy chcą się dowiedzieć czym jest czerniak i jak zmniejszyć ryzyko jego rozwoju.

### Partnerzy:

NASZA DERMATOLOGIA Online  
OUR DERMATOLOGY Online



pomagamy zwiększyć świadomość opinii publicznej na temat czerniaka i zachęcić do jego wczesnego wykrycia poprzez badania przesiewowe