

# Рак кожи

- одна из частых форм злокачественных опухолей, в равной мере поражающая мужчин и женщин, преимущественно в возрасте старше 50 лет, обычно на открытых участках тела. Частота рака кожи составляет около 5% общей заболеваемости раком.

**Меланома** - это злокачественная опухоль (рак), берущая начало из эпителиальных клеток кожи. Меланома самая агрессивная из всех известных злокачественных опухолей, быстро образует метастазы, после чего считается практически неизлечимой. В то же время предупредить развитие меланомы легче, чем другие виды рака. Для этого нужно только внимательно следить за родинками и пигментными пятнами на коже и знать, по каким признакам можно определить меланому.

## Что такое меланома?

Меланома это особо агрессивный вид рака кожи. Как правило, меланома берет начало из клеток кожи, синтезирующих пигмент, окрашивающий загоревшую кожу, родимые пятна или веснушки. Эти клетки называют меланоцитами, откуда и происходит название онкологического заболевания меланома.

## Чем опасна меланома?

Меланома это самая агрессивная из всех известных на сегодняшний день форм рака. Эта опухоль быстро дает метастазы (даже при очень маленьких размерах) которые в течение нескольких месяцев могут поразить основные жизненно важные органы (головной мозг, легкие, кости). После выявления метастаз меланому считают практически неизлечимой.

## Откуда берется меланома?

Как мы уже говорили выше, источником развития меланомы являются пигментные клетки, синтезирующие биологический пигмент меланин, окрашивающий кожу и пигментные пятна на коже. Очень много таких клеток (меланоцитов) в родимых пятнах, веснушках, невусах. Для ранней диагностики меланомы очень важно знать характеристики строения и всех пигментных образований кожи.

Веснушки – пигментные пятна небольших размеров, обычно округлой или овальной формы, не выступающие над поверхностью кожи. Чаще всего веснушки покрывают кожу лица, однако могут появляться практически на всей поверхности кожи. Веснушки бледнеют зимой и вновь окрашиваются весной и летом.

Родинки (родимые пятна, невусы) – пигментные образования средних размеров (до 1 см в диаметре), обычно темно и равномерно окрашенные однако, встречаются слабоокрашенные родинки телесного цвета. Поверхность родинки может только слегка приподниматься над поверхностью кожи. Края родинок ровные.

Атипичные невусы – крупные пигментные образования кожи с неровными краями и неравномерной окраской. Некоторые атипичные невусы можно считать предраковыми образованиями.

Злокачественная меланома – пигментное образование кожи, возникающее из родинок или на «чистой коже» с неровными краями, бугристой поверхностью,

неравномерной окраской различной интенсивности. Края меланомы нередко бывают окружены воспалительным ободком (ярко красная полоска).

### **Главные признаки, отличающие меланому это:**

1. Быстрый рост новой родинки или начало быстрого роста старой родинки до сих пор остававшейся неизменной.
2. Изменение контурной линии старой родинки (неровные, прерывистые края) или появление новой родинки с нечеткими краями.
3. Неравномерная окраска (различные оттенки коричневого, черные вкрапления, бесцветные участки) новой быстрорастущей родинки, или появление этих признаков у старой родинки.

### **Дополнительные признаки диагностики меланомы это:**

- Увеличение размеров родинки больше 7 мм;
- Появление зоны воспаления по краям пигментного образования кожи;
- Кровоточивость и зуд пигментного образования кожи.

В диагностике меланомы важно учитывать и тот факт, что у мужчин эта опухоль чаще всего располагается на спине, а у женщин на голени. Несмотря на это, нужно проверить все участки кожи, в том числе кожу волосистой части головы, а также ногтевые ложа (меланома может иметь вид черного пятна под ногтем).

### **Кто рискует заболеть меланомой?**

На данный момент считается доказанной связь между различными видами рака кожи и солнечным излучением. Этот принцип касается и меланомы. Солнечная радиация это основная причина развития этого вида опухоли.

### **Как защитить себя от меланомы?**

Ввиду чрезвычайной опасности меланомы людям, подверженным большому риску развития этого заболевания (например, люди, проводящие много времени под открытым небом) рекомендуется соблюдать некоторые меры профилактики меланомы и других видов рака кожи. Для того чтобы уберечь себя от рака кожи:

- Постарайтесь максимально ограничить время пребывания на солнце, особенно в обеденные часы.
- Если пребывание на солнце неизбежно защитите открытые участки кожи от воздействия прямых солнечных лучей: наденьте футболку с длинными рукавами, широкополую шляпу, штаны.
- Находясь под прямыми лучами солнца, обязательно используйте солнцезащитный крем. Фактор защиты крема должен быть не меньше 15.
- Изучите все главные и второстепенные признаки меланомы и по возможности обсудите их с врачом. Убедитесь в том, что точно знаете, как может выглядеть меланома и как ее отличить от обычной родинки.
- Регулярно осматривайте всю поверхность кожи. Кожу спины и головы должен осмотреть ваш друг или родственник.
- Обратитесь к врачу при обнаружении любого элемента кожи, вызывающего у вас подозрение.

Словом, Любите и берегите себя и своих близких.