Cum și unde să verificați

Verificați pielea o dată pe lună pentru eventuale modificări sau pete suspecte.

Verificarea ar trebui să acopere întregul corp, față și spate, cu un accent deosebit pe zonele expuse la soare. Stați în fața unei oglinzi mari, vă puteți folosi de o oglindă de mână pentru acele locuri mai greu accesibile.

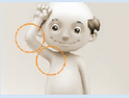
1. Priviți fața, inclusiv nasul, buzele, gura, urechile și spatele urechilor.

2. Verificați scalpul, folosind un pieptene pentru a-ți da la o parte părul. Dacă nu aveți foarte mult păr, verificați foarte bine întregul scalp.

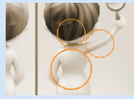
3. Verificați partea din față și partea din spate a mâinilor și între degete.

4. Apoi, concentrați-vă pe gât, piept și partea superioară a corpului. În cazul femeilor, asigurați-vă că verificați între și sub sâni.

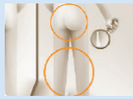
5. Îndoiți cotul pentru a verifica partea superioară a brațului și axilele.



6. Folosiți oglinda de mână pentru a verifica partea din spate a gâtului și a spatelui, în sus și în jos.



7. Verificați fesele și spatele picioarelor. Finalizați verificând tălpile picioarelor și între picioare.



Cine prezintă risc de cancer?

Cancerul de piele poate afecta pe oricine la orice vârstă. Este cel mai frecvent la persoanele de peste 50 de ani sau la persoanele care au avut o expunere prelungită la soare.

Aveţi un risc mai ridicat dacă:

- Aveţi pielea deschisă la culoare sau sunteţi predispus/ă la arsuri solare
- Aţi avut arsuri solare în copilărie
- Aţi petrecut mult timp în soare (la muncă sau în timpul liber)
- Aveţi perioade regulate de expunere (de ex. în concedii)
- Aţi fost la solar
- Aveţi mai mult de 50 de aluniţe
- Aveţi antecedente familiale de cancer de piele
- Aveţi vârsta peste 50 de ani
- Aţi fost supus/ă unui transplant de organe

Indiferent dacă faceţi parte dintr-un grup cu risc mare sau nu, puteţi face acum lucruri simple pentru a vă proteja pe dvs. şi pe familia dvs. împotriva cancerului de piele.

Protejându-vă pielea, verificându-vă în mod regulat şi cunoscând semnele, puteţi opri orice leziuni suspecte ale pielii înainte de a se transforma într-o afecţiune mai gravă.

Ce să faceţi în continuare

Cancerul de piele poate fi tratat, iar diagnosticul precoce face ca şansele unei recuperări complete să fie foarte mari.

Dacă observaţi o leziune suspectă, este vital să o verifice cât mai curând un medic sau, de preferinţă, un dermatolog.

În cazul în care tratamentul este întârziat, starea se agravează şi, în unele cazuri, poate duce la desfigurări, complicaţii şi chiar moarte. Nu permiteţi, din cauza întârzierii, să vă reduceţi şansele de a avea un rezultat pozitiv.

Regulile de aur sunt:

- Nu ignoraţi, sperând că va dispărea
- Nu aşteptaţi să vedeţi cum se dezvoltă şi nu încercaţi să rezolvaţi singur/ă problema
- Nu presupuneţi că nu este nimic grav
- Nu consideraţi că rezolvarea problemei nu este o prioritate
- Şi, mai ales, să nu vă fie teamă să mergeţi la medic sau la dermatolog

Cancerul de piele este tratabil dacă este descoperit în stadiu incipient. Dacă aveţi vreo pată care pare suspectă, mergeţi la medic.

Pentru mai multe informaţii despre cancerul de piele şi despre modul de prevenire şi detectare a acestuia, vizitaţi www.euromelanoma.org.

© Copyright 2020 Euromelanoma. Toate drepturile rezervate

Sponsori locali

A-DERMA, Avène, La Roche-Posay, ivatherm, Sanytol

Sponsori la nivel european

Avène, almirall

EURO MELANOMA

MRF Melanoma Research Foundation

GLOBAL COALITION FOR MELANOMA PATIENT ADVOCACY

Pentru a vă proteja de cancerul de piele....

PRIVIŢI ÎN SUS

Dacă vedeţi soarele, luaţi măsuri pentru a vă proteja pielea

Dacă vedeţi luna plină, este memento-ul lunar pentru a vă verifica pielea.

www.euromelanoma.org

Cu sprijin din partea

EADO European Association of Dermato Oncology