

ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ БОРЬБЫ С МЕЛАНОМОЙ

23 мая 2022 года

Основная цель Всемирного дня борьбы с меланомой — привлечь внимание к профилактике и ранней диагностике онкологических заболеваний кожи и добиться снижения уровня смертности от меланомы.



Всемирный день борьбы с меланомой отмечается по решению Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ). По данным ВОЗ с каждый год в мире регистрируется около более 200 тысяч случаев заболеваний меланомой, из которых около 30% заканчивается смертью.

По данным Белорусского канцер-регистра в 2016 г. в нашей стране выявлен 881 случай меланомы. В целом в Республике Беларусь на учете по поводу меланомы состоит более 6,5 тыс. человек. Первичная заболеваемость меланомой кожи в Республике Беларусь за 25 лет увеличилась более чем в 3 раза. Отмечается более высокий уровень заболеваемости городских жителей. При этом высокий риск заболевания отмечается среди городских женщин в молодом и среднем возрасте. Почти половина заболевших меланомой являются лицами трудоспособного возраста.

В странах Европы эта инициатива реализуется в мае в рамках кампании «Евромеланома» («Euromelanoma»). Она стартовала в Бельгии в 1999 г. и сегодня насчитывает 30 стран-участниц.

Наиболее значимыми известными факторами риска развития меланомы кожи считается избыточное ультрафиолетовое облучение в сочетании с генетической предрасположенностью: светлой, восприимчивой к солнечным ожогам, кожей и большим числом меланоцитарных невусов, синдромом атипических невусов и семейных атипических невусов (FAMM-синдром), герминальными мутациями в генах регуляции клеточного цикла CDKN2A и CDK4, а также других генах.

Атипический невус (диспластический невус)

Новообразование овоидной формы с нечеткими размытыми краями, с неравномерным распределением пигмента. Размеры невуса обычно крупнее приобретенных меланоцитарных невусов

Несмотря на то, в 85% случаев меланома диагностируется I и II стадиях, Республика Беларусь входит в группу стран с высоким отношением смертности к заболеваемости (27%) и значительно отстает от

ряда стран мира, в которых этот показатель ниже в 2-4 раза. В связи с этим одним из наиболее проблемных вопросов является диагностика ранней меланомы.

Около половины случаев меланомы приходится на лиц в возрасте 30-60 лет. Опухоль может развиваться в любой области тела, но излюбленной ее локализацией у женщин являются нижние конечности, а у мужчин – туловище (примерно 50% всех меланом).

К группе повышенного риска развития меланомы относятся лица:

- с первым и вторым фототипом кожи;
- перенесшие солнечные ожоги и длительно пребывавшие на солнце, особенно в возрасте до 20 лет;
- имеющие среди близких родственников больных меланомой (другим раком кожи) и /или имеющие более 100 родинок на теле или более 50 в возрасте до 20 лет.

Примерно в 20–30% случаев меланома развивается на месте врожденных или приобретенных пигментных (меланоцитарных) невусов. Основными клиническими формами меланомы кожи являются: узловая, поверхностно-распространяющаяся, злокачественная лентиго-меланома и акральная меланома.

Меры для снижения риска возникновения меланомы:

- ограничивайте время нахождения на открытом воздухе под воздействием солнечных лучей, особенно с 11 часов утра до 17 часов, когда действие ультрафиолета наиболее выражено;
- защищайте кожу с помощью одежды, головных уборов и ношения солнцезащитных очков;
- используйте защитные крема с фактором защиты не менее 50 единиц в солнечные дни и не менее 15 единиц в облачные дни. Солнцезащитные крема нужно наносить на открытые участки кожи за 20-30 минут до выхода из дома, обработку кожи нужно повторять каждые 2 часа. Помните – это поможет снизить интенсивность воздействия солнечных лучей, но не предотвратит меланому;
- избегайте посещений солярия, где уровень ультрафиолетового излучения выше солнечного более чем в 20 раз;
- не травмируйте кожу: мойтесь мягкой губкой, не выщипывайте волосы из родинок, избегайте ношения тесного белья.

Очень важно диагностировать меланому на ранних стадиях, когда она лучше поддается лечению. Для этого нужно ежемесячно проводить самообследование – осматривать кожу при хорошем освещении. Нужно осматривать все области тела, включая ладони подошвы, волосистую часть головы, уши, подногтевые зоны. Появление новых пятен на коже,

изменение их размера, формы, ощущения (зуд, болезненность) или цвета являются поводом для проведения обследования.

Признаки, которые помогут отличить обычную родинку от меланомы:

- асимметрия (одна половинка родинки не соответствует другой);
- неровные, нечеткие, зазубренные границы;
- цвет родинок неодинаковый, имеет разнообразные оттенки: желтовато-коричневый, черный, иногда с участками красного, голубого и белого цвета;
- диаметр родинки обычно не превышает 6 миллиметров, выявляются меланомы размером от 3 миллиметров;
- приподнятость новообразования над окружающей кожей;
- изменение размеров, формы или цвета родинок, а также появление новых образований на коже.

Наличие каких-либо из перечисленных признаков является поводом для обращения к врачу.

*Источник:
ГУ «Солигорский ЗЦГиЭ»*