

Gmina Starachowice przystąpiła do akcji propagującej działania związane z profilaktyką czerniaka. Organizatorem akcji jest Studenckie Koło Naukowe Onkoma przy Klinice Gastroenterologii Onkologicznej w Centrum Onkologii – Instytucie im. Marii Skłodowskiej – Curie w Warszawie we współpracy z Akademią Czerniaka – sekcją naukową Polskiego Towarzystwa Chirurgii Onkologicznej. Akcja polega na przeprowadzeniu w szkołach, lekcji poświęconych profilaktyce czerniaka. Z terenu naszego miasta w akcji uczestniczy 5 szkół, są to 3 gimnazja i 2 szkoły podstawowe. Dzięki świadomej profilaktyce, znajomości objawów, wiedzy o diagnostyce i wiedzy na temat leczenia tej choroby można zmniejszyć procent osób, które co roku na nią zapadają.

<https://www.youtube.com/watch?v=VptQG18QRXo>

Znamie! Znam je?
- czyli
co musisz wiedzieć o czerniaku skóry

czerniak skóry może rozwinąć się u każdego...

Co to jest czerniak?
Czerniak jest nowotworem złośliwym skóry. Może pojawić się na skórze, ale także w obrębie ust, nosa oraz gałki ocznej. Czerniak charakteryzuje się agresywnym wzrostem oraz możliwością tworzenia przerzutów, które są trudne w leczeniu. Tymczasem, usunięcie czerniaka, kiedy choroba nie jest jeszcze zaawansowana, pozwala na wyleczenie ponad 80% chorych. Dlatego tak ważne jest szybkie i prawidłowe rozpoznanie tego nowotworu.

Czy jestem w grupie podwyższonego ryzyka?
Zagrożenie zachorowaniem na czerniaka wzrasta, jeżeli:

- Posiadasz jasną karnację, rude lub blond włosy, niebieskie oczy, liczne pieg
- Masz dużą liczbę znamion barwnikowych, znamion w miejscach drażnienia
- Doznałeś oparzeń słonecznych, szczególnie w dzieciństwie
- Słabo tolerujesz słońce, opalasz się z dużym trudem lub w ogóle
- W rodzinie występowały przypadki czerniaka lub inne nowotwory skóry
- Korzystasz z solarium

Poznaj ABCDE czerniaka
Czerniaki mają wiele cech charakterystycznych, które pomagają w ich rozpoznaniu.

A asymetria np. znamie „wylęgające” się na jedną stronę	B brzegi poszarpane, nierówne, posiadające zgrubienia	C czerwony, czarny, niejednolity kolor	D duży rozmiar, wielkość zmiany powyżej 6mm	E ewolucja, czyli postępujące zmiany zachodzące w znamieniu
---	---	--	---	---

Na co muszę zwracać uwagę?

Jak mogę uchronić się przed czerniakiem?

- 1** Raz w miesiącu oglądaj swoją skórę – sprawdź, czy Twoje znamiona nie zmieniają się lub czy nie pojawiły się nowe.
Jeśli zauważysz, że coś podejrzanego dzieje się z Twoim znamieniem, udaj się do chirurga-onkologa.
- 2** Unikaj słońca w godzinach 11.00-16.00
- 3** Nie opalaj się w solarium!
Przynajmniej raz na rok odwiedzaj dermatologa lub chirurga-onkologa.
- 4**
- 5**
- 6** Jeśli chcesz się opalać, to z głową – pamiętaj o stosowaniu filtrów UV, noszeniu czapki i okularów przeciwsłonecznych.

Jak leczyć czerniaka?
Czerniak skóry we wczesnym stadium jest bardzo łatwy do wyleczenia poprzez proste chirurgiczne wycięcie zmiany wraz z szerokim marginesem okolicznej tkanki.

Patroni honorowi

MINISTER EDUKACJI NARODOWEJ
Główny Inspektor Sanitarny

www.facebook.com/znamieznamje
Więcej informacji na ten temat znajdziesz na stronie www.akademiaczerniaka.pl

Zamieszczone zdjęcia czerniaków są własnością prof. Piotra Rutkowskiego – Klinika Nowotworów Tłuszczowych, Kości i Czerniaków, Centrum Onkologii - Instytut im. Marii Skłodowskiej-Curie w Warszawie.

Nieruchomości

Opublikowano: poniedziałek, 25, marzec 2019 12:13

Odsłony: 39264

Jak mogę uchronić się przed czerniakiem

- Raz w miesiącu oglądaj swoją skórę – sprawdź, czy Twoje znamiona nie zmieniają się lub czy nie pojawiły się nowe
- Jeśli zauważysz, że coś podejrzanego dzieje się z Twoim znamieniem, udaj się do chirurga-onkologa
- Unikaj słońca w godzinach 11.00-16.00
- Nie opalaj się w solarium!
- Jeśli chcesz się opalać, to z głową – pamiętaj o stosowaniu filtrów UV, noszeniu czapki i okularów przeciwsłonecznych.
- Przynajmniej raz na rok odwiedzaj dermatologa lub chirurga-onkologa

Jak leczyć czerniaka

Czerniak skóry we wczesnym stadium jest bardzo łatwy do wyleczenia poprzez proste chirurgiczne wycięcie zmiany wraz z szerokim marginesem okolicznej tkanki. W przypadku występowania większych czerniaków o grubości ponad 1 mm (w głąb skóry) dokonuje się biopsji węzłów chłonnych położonych najbliżej nowotworu. Jeśli w pobranych węzłach znajdują się komórki nowotworowe, konieczne jest ich całkowite wycięcie oraz, w wybranych przypadkach, leczenie uzupełniające. W zaawansowanym stadium czerniaka stosuje się chemioterapię, radioterapię, immunoterapię i terapię celowaną.

Jak wygląda badanie skóry?

Wszystkie znamiona, narośla, pieprzyki, które mogą **budzić niepokój** powinny zostać zbadane przez lekarza dermatologa lub chirurga-onkologa i w razie jakichkolwiek wątpliwości wycięte. Badanie przeprowadzane u specjalisty jest szybkie, bezbolesne i nieinwazyjne. Lekarz ogląda skórę za pomocą dermoskopu, który wychwytuje wszelkie atypowe zmiany.

Garść statystyk

W Polsce co roku odnotowuje się około **50 000** przypadków nowych zachorowań na nowotwory skóry, w tym **3000** zachorowań na czerniaki. Czerniak stanowi tylko 6% wszystkich nowotworów skóry, ale aż 80% chorych na czerniaki umiera z powodu tej choroby. Liczba zachorowań na czerniaka w Polsce podwaja się co 10 lat.



www.facebook.com/znamieznamje

Więcej informacji na ten temat znajdziesz na stronie www.akademiaczerniaka.pl

Patroni honorowi



MINISTER
EDUKACJI
NARODOWEJ



Główny
Inspektor
Sanitarny

Zamieszczone zdjęcia czerniaków są własnością prof. Piotra Rutkowskiego
- Klinika Nowotworów Tkanek Miękkich,
Kości i Czerniaków, Centrum Onkologii
- Instytut im. Marii Skłodowskiej-Curie
w Warszawie.