

Меры профилактики рака кожи :

- ✔ Защита лица и шеи от интенсивного и длительного солнечного облучения, особенно у пожилых людей со светлой, плохо поддающейся загару кожей, пользование солнцезащитными кремами, головными уборами с полями или козырьками.
- ✔ Радикальное излечение длительно незаживающих язв и свищей.
- ✔ Защита кожи, рубцов, родинок, родимых пятен от химического воздействия и механических травм.
- ✔ Строгое соблюдение мер личной гигиены при работе со смазочными материалами и веществами, содержащими канцерогены.
- ✔ Своевременное излечение предраковых заболеваний кожи.
- ✔ Удаление бородавок, родинок, родимых пятен, роговых утолщений на коже только в специализированных лечебных учреждениях.

Каждый человек должен проявлять **ОНКОЛОГИЧЕСКУЮ НАСТОРОЖЕННОСТЬ**. Люди порой плохо представляют себе опасность, которая до поры до времени может скрываться под видом обычной родинки или пигментного пятна. Если родинка расположена в «удобном месте», где она не травмируется, не подвергается воздействию солнца и т.д., за ней требуется только наблюдение. Однако если родинка постоянно травмируется одеждой, бритвой или подвергается каким-либо другим воздействиям, то может начаться её перерождение в злокачественную форму. Если вы сталкиваетесь с проблемными невусами или меланома уже выявлялась у ваших близких родственников, то и вам стоит внимательнее приглядеться к пигментированным пятнам.

ПОМНИТЕ!

Ранняя диагностика рака кожи зависит в первую очередь от вас – при любом изменении привычных родинок, родимых пятен, а также возникновение новых опухолей на коже, необходимо срочно обратиться к врачу-онкологу. Не занимайтесь самолечением!

При любых проблемах с кожей рекомендуем
проверить общее состояние здоровья!



ЗДРАВООХРАНЕНИЕ
НАЦИОНАЛЬНЫЕ
ПРОЕКТЫ
РОССИИ

Профилактика РАКА КОЖИ



Онкологические заболевания занимают одно из ведущих мест среди всех болезней человека. Из злокачественных новообразований кожи наиболее часто встречается **базальноклеточный рак**,

значительно реже - **плоскоклеточный рак, меланома**, и опухоли, развивающиеся из придатков кожи. Большинство онкологических заболеваний кожи, за исключением немногих, хорошо поддаются лечению.

Рак кожи возникает преимущественно **на открытых частях тела**, более 70% опухолей развивается **на лице**. Излюбленными местами расположения опухоли является лоб, нос, углы глаз, височные области и ушные раковины. Рак кожи не возникает внезапно – ему предшествуют какие-либо изменения кожи. Вероятность заболевания увеличивается с возрастом. Мужчины и женщины болеют примерно с одинаковой частотой.

Факторы риска:

- ☹️ **повышенная инсоляция (облучение ультрафиолетом);**
- ☹️ **ионизирующая радиация;**
- ☹️ **контакт с различными вредными веществами (мышьяк, углеводород,**
- ☹️ **химреактивы, деготь, сажа, минеральные масла, креозот и т.п.);**
- ☹️ **постоянная травматизация участка кожи;**
- ☹️ **хронические язвы;**
- ☹️ **ожоги.**

Необходимо обязательно показаться врачу-онкологу, если у вас:

- появились на коже или слизистых оболочках безболезненные плотные узелки, бородавки, бляшки грязно-желтого цвета с неровными краями, возможно, с кровоточащей поверхностью, особенно если эти образования имеют склонность к изъязвлению, шелушению, увеличиваются в размерах;

- привычная родинка или родимое пятно стали изъязвляться, шелушиться, кровоточить, менять цвет и увеличиваться в размерах,
- растёт количество родинок;

- в области родинки или родимого пятна появились боль, зуд, жжение, выделение жидкости.



В 70% случаев возникновения рака кожи причиной является **СОЛНЕЧНОЕ ВОЗДЕЙСТВИЕ**

Избегайте длительного пребывания под прямыми солнечными лучами

ЗАЩИТА ВАШЕЙ КОЖИ



находиться в тени



зонтик от солнца



шляпа с полями



закрытая одежда



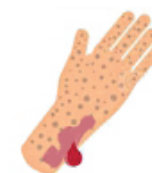
солнцезащитный крем



очки



Избегайте нахождения на открытом солнце с 10.00 до 15.00



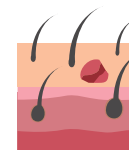
При наличии изъязвлений кожи пребывание на солнце

ПРОТИВОПОКАЗАНО!

ФАКТОРЫ РИСКА



генетическая предрасположенность



наличие множественных невусов кожи (более 40 родинок)



вредные факторы окружающей среды



чрезмерная инсоляция



возраст



вредные привычки



радиация