

## 21 мая 2018 года – День профилактики меланомы.



**В рамках Единого дня здоровья 21 мая 2018 года – День профилактики меланомы в ГУЗ «ГЦГП» организована прямая телефонная линия и День открытых дверей с врачом – онкологом Фирсовой Татьяной Валерьевной 21.05.2018 года с 13.00. – 14. 00. по телефону 68 35 30 и прием будет осуществляться в кабинете № 410 без предварительной записи и без талонов в указанное время.**

**РАК МОЖНО ПРЕДУПРЕДИТЬ. ОБРАТИТЕ ВНИМАНИЕ!!!**

Даже самую коварную болезнь можно предупредить. Открытие наукой поломок, связанных с развитием злокачественных опухолей положено в основу профилактики.

Около 20% злокачественных опухолей – поверхностно-распространяющиеся меланомы. Чтобы начать лечение, необходимо знать, как выглядит меланома. Часто очаг встречается на коже, но может возникать на слизистых, мозговых, конъюнктивальных, сосудистых оболочках.

Меланома может иметь неявно выраженные признаки, которые непрофессиональным взглядом неразличимы.

Родинки есть у каждого человека. У одних людей их немного, кожа других просто обсыпана темными пятнами. Как правило, родинки замечают тогда, когда они расположены по-особенному, приносят дискомфорт, либо когда уже требуется лечение.

Родинки могут появляться, а затем увеличиваться, но при этом оставаться просто родинками.

Необходимо уделять им пристальное внимание, ведь невусы могут стать источником серьезных проблем. Если появились такие

признаки, как изменение вида, содержания невуса – это сигнализирует, что есть вероятность появления меланомы! Важно вовремя заметить первые симптомы, ведь лечение опухоли идет длительно и сложно. Постарайтесь обращать внимание на признаки наличия заболевания – это может спасти Вам жизнь! Если вы не знаете, как определить меланому, лучше обратитесь к врачу. Перерождение родинки часто встречается у людей со светлыми волосами и глазами, обладающих большим количеством веснушек. Темнокожие люди тоже могут заболеть. В группе риска находятся и те, у чьих родственников есть рак.

Основа успешного лечения меланомы — правильная диагностика этого заболевания. При подозрении на меланому, врачи должны провести специальное обследование и тесты, позволяющие диагностировать у пациента именно меланому, отличив ее от немеланомных злокачественных новообразований или других заболеваний кожи

удаление тех родинок, пигментных пятен, невусов, которые были травмированы

- Регулярно посещайте дерматолога. Если у вас обычные родинки, делать это необходимо раз в год, если атипичные невусы – врач назначит периодичность посещения самостоятельно, и если нужно, отправит на лечение.
- Самостоятельно удалять папилломы и родинки запрещено, любая травма невусов может спровоцировать рак.
- Если есть возможность, откажитесь от солярия. Всего 20 минут, проведенных в нем, дают такой же эффект, как 4 часа нахождения на солнце. Загорать можно всего 1 раз в неделю. При этом необходимо защищать голову, молочные железы и глаза.
- Важно соблюдать режим нахождения на солнце. Можно загорать до 10 часов утра и после 5 вечера. Важно использовать солнцезащитные крема.
- Чтобы рак не развился, и не было необходимости начинать лечение, рекомендовано носить хлопковую одежду. Она лучше задерживает солнечные лучи на 20%. Из тканей следует отдать предпочтение полиэстеру. Вязаная одежда лучше защищает, чем остальная, а темная, лучше, чем светлая.
- Если ткань мокрая, ее защитные свойства снижаются на треть, а у двухслойного материала они увеличиваются в 2 раза.

- В жаркие периоды лучше отдавать предпочтение плотной свободной одежде. Оптимальный вариант защиты – нахождение в тени.

**БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!**

врач – онколог Фирсова Т.В.

14.05.2018 г.