



## ПРОФИЛАКТИКА МЕЛАНОМЫ



**Меланома в онкологии считается настоящей «раковой царицей»...**

Меланома кожи относится к чрезвычайно злокачественным опухолям и составляет около 13% в структуре онкологических заболеваний кожи, причем в последние годы отмечается неуклонный рост заболеваемости этой опухолью. Диагностика и лечение меланомы кожи были и остаются сложной проблемой онкологии. К началу лечения у 75% больных уже имеет место регионарно распространенный процесс, а 5-летняя выживаемость больных не превышает 50%.

Заболеваемость меланомой кожи растет во всем мире. К сожалению, не является исключением и Россия. Уже многие годы меланома кожи в России относится к группе опухолей с

максимальным ростом заболеваемости. Практика свидетельствует о том, что жители нашей страны мало информированы о причинах и первых признаках заболевания, а также о возможности его профилактики.

К великому сожалению, и пациенты, и врачи общего профиля порой плохо представляют себе опасность, которая может скрываться под видом обычной родинки или пигментного пятна. Такой подход не верен. Любая родинка или пигментное пятно – это слабые места кожи. Именно их в 80% случаев и выбирает меланома, чтобы замаскироваться, спрятаться. Любая родинка может стать плацдармом для возникновения меланомы кожи. Да, если родинка расположена там, 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 в этом случае вопрос решается однозначно: следует обратиться к онкодерматологу. Не исключено, что среди безобидных на ваш взгляд родинок окажется и недоброкачественная. Определить это может только специалист. В том случае, если врач подтвердит наличие меланомы, она должна быть немедленно удалена.

Меланома в онкологии считается настоящей «раковой царицей», беспощадной и коварной. Однажды возникнув, болезнь может незаметно развиваться в поверхностном слое кожи (эпидермисе), затем укрепившись, опухоль начинает прорастать вглубь. Особенность меланомы – слабая связь злокачественных клеток между собой, они легко отрываются от основной массы опухоли и, разлетаясь по кровеносным и лимфатическим сосудам организма, дают множественные метастазы в лимфоузлы, легкие, печень, мозг, сердце и другие органы.

Спровоцировать возникновение меланомы могут, прежде всего, факторы-раздражители (ультрафиолетовое облучение, травма) и эндокринные факторы. Самым сильным из них является чрезмерное пребывание на солнце. Ультрафиолетовое облучение в больших дозах вызывает необратимые изменения в клетках кожи, многократно увеличивая риск их перерождения. Наиболее подвержены мутагенному воздействию солнечных лучей светлокотые и светловолосые, рыжеволосые люди с голубыми и серыми глазами. К группе риска относятся также и те, у кого много веснушек, пигментных пятен и родинок. Для каждого человека критическая продолжительность воздействия солнечных лучей сугубо индивидуальна. Определить эту грань нелегко, поэтому лучше просто запомнить, что длительное пребывание на жарком солнце идет во вред организму. Кожа вынуждена защищаться от ультрафиолетового излучения.

Чрезмерный загар – это неминуемые ожоги, которые снижают иммунитет. Кожа имеет необычную, свойственную только ей память, и не прощает такого насилия, результатом которого зачастую становится озлокачествление родинок и пигментных пятен. Особенно осторожными должны быть будущие мамы. Гормональная перестройка в их организме, которая происходит во время беременности, порой влечет за собой серьезные изменения в клетках кожи. При любых изменениях в области родинок и пигментных пятен во время беременности, а также при травмах в данной области необходимо обязательно проконсультироваться у онкодерматолога.

К счастью, предотвратить возникновение меланомы возможно. Впервые в онкологической практике выявлен домеланомный период, т.е. период доброкачественного течения процесса, предшествующего озлокачествлению. Домеланомный период, к счастью, довольно длителен, и нужно только чуть более внимательно относиться к себе и не пропустить первых тревожных симптомов а если они появились – немедленно обратиться к специалисту. Диагноз «меланоцитарная дисплазия» (без пяти минут меланомы) на самом деле большая радость для врача, так как он означает, что заболевание выявлено своевременно, еще в доброкачественной фазе, когда пациент избегает развития меланомы. Зная картину этого периода, онкологи должны именно в это время удалять пигментные невусы, не давая развиваться меланоме кожи. Задача профессионала – предотвратить меланому еще в доброкачественной фазе.



Специалисты определяют домеланомный период по следующим характерным признакам:

- *появление резкой пигментации невуса или пигментного пятна, окраска равномерная;*
- *сохранение рисунка кожи в области невуса или пигментного пятна;*
- *правильная овальная или эллипсовидная форма невуса, резко отграниченная от поверхности кожи (акцентированный кожный край);*
- *«лаковая» поверхность невуса или пигментного пятна (блестящая поверхность эпидермиса при просмотре через дерматоскоп);*
- *размер родинки более 0,5 см в диаметре;*
- *отсутствие у основания невуса или в пигментном пятне узловатых папилломатозных элементов с очагами некроза;*
- *отсутствие быстрого роста, зуда, жжения, покалывания или напряжения в области невуса или пигментного пятна.*

При определенных условиях самая обычная родинка может начать свое перерождение в злокачественную форму. Признаки начинающегося перерождения:

- *резкое изменение пигментации – до черного цвета или, напротив, уменьшение интенсивности окраски;*
- *появление неравномерности пигментации;*
- *шелушение;*
- *нарушение и/или полное отсутствие кожного рисунка невуса или пигментного пятна;*
- *появление воспалительной ореолы вокруг невуса (красноватый венчик)*
- *увеличение в размерах и уплотнение;*
- *появление трещин, изъязвлений, кровоточивости.*

Каждый из этих признаков должен серьезно насторожить любого и заставить немедленно обратиться к специалисту.

И еще две незаменимые рекомендации: каждый человек должен знать расположение своих родинок, пигментных пятен и при усилении пигментации уже есть повод показаться онкодерматологу. Кроме этого без консультации онкодерматолога не могут быть рекомендованы пациентам солярии.

Столь неблагоприятные характеристики меланомы заставляют формировать особое отношение к данной проблеме и требуют максимальной информированности самого широкого круга людей об этом заболевании.