

Kampania "Znamię! Znam je?"

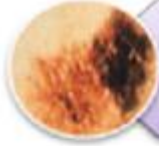


Program "Znamię! Znam je?" ma na celu zwiększenie świadomości społecznej w zakresie profilaktyki czerniaków. Towarzyszyły mu zajęcia podczas których uczniowie klas drugich technikum logistycznego poznali pojęcie czerniaka i Złote Zasady ochrony przed tym nowotworem.

Każdego roku w naszym kraju odnotowuje się około 50 000 nowych zachorowań na nowotwory skóry, z których 3000 przypadków stanowią czerniaki. Liczba zachorowań na ten typ nowotworu podwaja się co 10 lat. *Charakterystyczną cechą czerniaków jest agresywny wzrost i możliwość powstawania przerzutów. Jednak jego usunięcie w najwcześniejszym stadium daje właściwie 100% szans na wyleczenie. Dlatego tak ważna jest odpowiednia profilaktyka i szybka diagnoza* – informuje **prof. dr hab. med. Piotr Rutkowski**

ZŁOTE ZASADY, które mogą uratować życie to:

- Niekorzystanie z solarium!
- Unikanie nadmiernego słońca, zwłaszcza w godzinach 11.00-16.00.
- Stosowanie kremów z wysokimi filtrami UVA i UVB.
- Noszenie okularów przeciwsłonecznych
- Regularne oglądanie skóry, co pozwoli szybko zidentyfikować ewentualne nowe i nietypowe zmiany
- Niezwłoczne zgłoszenie się do dermatologa lub chirurga onkologa, jeśli zauważymy, że z naszym znamieniem dzieje się coś podejrzanego



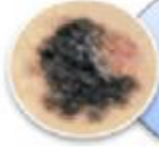
Asymetryczny kształt: Jedna połowa znamienia różni się od drugiej.



Nieregularne brzegi: Brzegi znamienia nie są wyraźne i mogą być poszarpane, ząbkowane, zamazane lub wydają się nieregularne.



Różnorodność kolorów: Kolor zmienia się i mogą być obecne odcienie czerni, brązu, czerwieni, szarości lub błękitu.



Duży rozmiar: Dochodzi do zmiany rozmiaru, zazwyczaj powiększenia. Czerniaki mają zazwyczaj średnicę ponad pięć milimetrów.



Stopniowa ewolucja zmiany: Czerniak zmienia kształt, powiększa się lub unosi.