

Меланома кожи.

Можно ли самостоятельно заподозрить у себя грозную меланому? К кому обращаться с подозрительной родинкой? Ответы на эти вопросы мы попросили дать врача-косметолога УЗ «Брестский областной кожно-венерологический диспансер» Мицкович Юлию Владимировну.

Юлия Владимировна, меланома считается одним из самых страшных и опасных видов рака, так ли это на самом деле?

Основная опасность меланомы – ее склонность к стремительному развитию и раннему метастазированию. Однако, вероятность благоприятного прогноза при этом заболевании высока, если обнаружить его на ранней стадии и сразу же начать адекватное лечение. Меланомы с меньшей глубиной прорастания редко дают метастазы, а вот с увеличением глубины растет риск появления отдалённых метастазов.

Расскажите, пожалуйста, до какого возраста у человека могут появляться новые родинки?

При рождении наша кожа «чистая», родинки появляются уже по мере роста ребенка. Считается, что появление новых элементов до 35 лет абсолютно естественно. Иногда это норма и в более позднем возрасте, но для контроля лучше показать новые родинки специалисту, провести дерматоскопию.

Интересно было бы узнать, что встречается чаще — меланома из старой родинки или совершенно новое образование?

Чаще всего, примерно в 70% случаев, опухоль появляется на неизменённой коже и лишь в 30% в рак перерождается имеющаяся родинка.

Если человек увидел подозрительную родинку или каким-то образом повредил ее, к какому врачу бежать и что делать?

Конечно, откладывать визит к врачу не стоит. Необходимо обратиться к врачу: дерматовенерологу, косметологу, хирургу или к онкологу.

На приеме врач-специалист:

-определит, к какому фототипу относится пациент (блондины со светлой кожей и веснушками страдают от меланомы чаще смуглых людей);

-соберет анамнез, в том числе уточнит, были ли солнечные ожоги в прошлом, есть ли случаи рака кожи у ближайших родственников;

-оценит общее количество «родинок» и их тип.

Проведет дерматоскопию - исследование кожи с помощью специального прибора дерматоскопа. Дерматоскоп похож на лупу, который позволяет увеличить осматриваемый участок

в десятки раз. Данный метод диагностики проводится в нашем учреждении.

Дерматоскопия не требует специальной подготовки со стороны пациента, проводится быстро и комфортно.

Очень важно выявить заболевание на раннем этапе, когда изменения могут быть совершенно не видны, а своевременно начатое лечение очень эффективно.

Получается, регулярно посещать врача-специалиста должен практически каждый из нас?

Нет, все же регулярно посещать врача рекомендуется людям из группы риска. Остальным же, если поводов для беспокойства нет, необходимо регулярно самостоятельно осматривать кожные покровы на предмет появления подозрительных новых элементов или изменения старых. Можно самостоятельно выполнить фотокартирование кожи – сфотографировать все тело по участкам, чтобы зафиксировать все элементы и иметь возможность контролировать их изменение.

Каждый из нас хотя бы раз слышал страшную историю— если поранишь родинку, умрешь! Насколько опасна травма родинки с точки зрения специалиста?

Важно понимать, что в основе формирования злокачественного новообразования лежит повреждение на генетическом уровне, а травма может вызвать только физическое разрушение клетки. В настоящее время существует большое количество самых разных исследований, доказывающих, что травма родинки никак не влияет на её злокачественное перерождение. Травмировать обычную родинку не так просто. Если она легко повредилась и стала кровоточить, возникает вопрос, родинка ли это?

Для многих людей удаление родинки – опасная для здоровья процедура, так ли это?

Это не более, чем миф, получивший, к сожалению, очень широкое распространение. Накопленный врачами опыт во всем мире говорит обратное – удаление обычной родинки не сопровождается какими-либо негативными последствиями. Все эти страшные истории про «удалил родинку и умер» касаются несвоевременного удаления меланомы.

Что скажете про статистику -неужели частота злокачественных новообразований кожи с каждым годом растет?

К сожалению, это действительно так. В настоящее время в мире наблюдается около 250 тысяч новых случаев меланомы в год. И, как бы парадоксально не звучало, это связано с повышением уровня жизни — все чаще и больше мы отдыхаем на пляжах, причем, не только летом, но и в зимнее время в жарких тропических странах. А там солнце непривычное и агрессивное для нас, в результате его воздействия в

популяции накапливаются мутации, дающие толчок к формированию злокачественных новообразований кожи.

Получается, виновато не разрушение озонового слоя и то, как ежегодно меняется климат? На первом месте в этом списке мы сами?

Да, это так. С одной стороны мы зачастую не задумываемся о «накопленном» уровне ультрафиолета – том времени, которое мы провели под воздействием ярких лучей без малейшей защиты. С другой стороны именно от нас зависит, как мы будем использовать эти знания в дальнейшем, чтобы снизить риски.

Хорошо ли работают солнцезащитные средства?

Я бы начинала не с них, а с четких правил безопасного пребывания на солнце. Безопасным считается время до 10 утра и после 5 вечера, когда ультрафиолет наименее агрессивен. Если по каким-то причинам избежать воздействия солнечных лучей невозможно, рекомендуется защитить кожу легкой светлой одеждой, а голову – шляпой с широкими полями, закрывающими лицо.

Что же касается солнцезащитных кремов, то есть разные исследования – как за, так и против использования кремов. Могу добавить от себя, что применение защитных средств снижает нашу бдительность, дает иллюзорное ощущение того, что мы в безопасности. А это все же не так. Крем может смыться водой или не попасть на тот или иной участок кожи, перестать работать и так далее. Возникает ожог как основа для формирования меланомы в будущем.

Что посоветуете для профилактики возникновения меланомы?

В первую очередь хотелось бы, чтобы каждый из нас не забывал соблюдать ряд рекомендаций:

ограничить время пребывания под прямыми солнечными лучами в период особой активности — с 11 до 16 часов дня;

использовать качественные солнцезащитные средства с высоким уровнем SPF в достаточном количестве, наносить за 20-30 минут до выхода, обновляя их каждые 2 часа;

носить в солнечную погоду закрытую одежду, широкополые шляпы;

отказаться от солярия;

регулярно посещать дерматолога, косметолога или онколога для осмотра образований на коже, в том числе с проведением дерматоскопии.

С каждым годом опухолей кожи становится все больше, поэтому быть внимательным к своему здоровью и взаимодействию с солнцем – задача каждого из нас. Я уверена, что благодаря общим усилиям у населения сформируется правильная культура пребывания на солнце, что

в перспективе позволит снизить частоту возникновения меланомы в нашей стране и во всем мире!