

ОБРАЩАЙТЕ ВНИМАНИЕ НА РОДИНКИ

Если человек появляется на свет с родинками, говорят, он будет счастливым. И чем больше этих темных пятнышек на коже, тем больше пророчат счастья. К сожалению, мало кто знает, что эти невинные пятнышки подчас таят в себе угрозу. Специалисты констатируют: родинки – это участки кожи, которые может потенциально «облюбовать» такое грозное заболевание, как меланома.

БЕСПОЩАДНАЯ И КОВАРНАЯ

Меланому называют «королевой» онкологии, «раковой царицей», беспощадной и коварной. Любая родинка (невус) или пигментное пятно – это слабое место кожи. Именно их и выбирает в 80% случаев меланома, чтобы замаскироваться, спрятаться.

Меланома – лишь один из многих видов рака кожи, но отчего же именно она так известна? Дело в том, что этот вид рака является очень стремительным и агрессивным. Клетки меланомы слабо связаны между собой – из-за этого они легко отрываются от основной массы опухоли и с молниеносной скоростью буквально разлетаются по кровеносным и лимфатическим сосудам, давая метастазы в любой орган человеческого тела: лимфоузлы, легкие, печень, сердце или мозг.

ЛЮБОЙ СОЛНЕЧНЫЙ ОЖОГ МОЖЕТ БЫТЬ ОПАСЕН

Развитию меланомы подвержены люди любого возраста и пола и даже дети. Большая часть

опухолей обнаруживается на открытых участках кожи, которые больше всего подвергались воздействию солнца. Ведь ультрафиолетовое излучение (причем как естественное – от солнца, так и искусственное – от солярия) – главный фактор, провоцирующий это грозное заболевание. В клетках кожи – меланоцитах, подвергшихся повреждению ультрафиолетом, запускаются опасные мутации, которые спустя многие годы могут привести к грозному заболеванию. Особенно опасны солнечные ожоги у детей, поэтому их надо беречь от солнца особенно тщательно. Светловолосым людям с голубыми или зелеными глазами также стоит защитить себя от солнца – ведь они обгорают очень легко и быстро.

Есть и другие факторы риска развития меланомы. Прежде всего это наследственная предрасположенность. Если у одного из родственников была обнаружена такая опухоль, значит, у человека могут иметься мутации в генах, увеличивающие риск развития этого вида рака. Таким людям не-

обходимо уже с раннего возраста регулярно наблюдаться у онколога, чтобы не пропустить начало развития меланомы. Также стоит быть особенно внимательными людям с большим количеством родинок на теле или с большими пигментными образованиями – более 6 мм в диаметре.

ИЗМЕНИЛСЯ ЦВЕТ ИЛИ РАЗМЕР? К ВРАЧУ!

Как правило, на протяжении многих лет жизни родинки не меняют ни формы, ни цвета, ни размера. Обычно они появляются на коже в первые десять лет жизни, но иногда и позже. Любая внезапная их трансформация – касается ли это формы, цвета или размера – повод для обращения к специалисту. Какие же признаки должны насторожить?

- ◀ Увеличение в размерах и уплотнение.
- ◀ Резкое изменение пигментации – до черного цвета или, наоборот, уменьшение интенсивности окраски.
- ◀ Появление неравномерной пигментации.
- ◀ Шелушение.
- ◀ Воспаление и краснота вокруг родинки.
- ◀ Появление трещин, язвочек, кровотоочивости.
- ◀ Появление зуда, жжения или боли.

Каждый из этих признаков – повод немедленно обратиться к специалисту. Для начала

необходимо посетить врача, специализирующегося в сфере кожных заболеваний. Дерматолог проведет обследование родимого пятна с помощью дерматоскопа. Этот прибор позволяет рассмотреть любое образование на коже под большим увеличением и поставить диагноз. После этого пациента в случае необходимости направляют к онкологу для дальнейшего обследования и лечения.

УДАЛИТЬ, НЕЛЬЗЯ ОСТАВИТЬ

Основным методом лечения меланомы на начальной стадии является ее полное удаление в пределах здоровых тканей: если оставить хотя бы микроскопическую частицу, рак появится снова. Процедура осуществляется в больнице под местной анестезией: хирурги-онкологи иссекают образование, при большом кожном дефекте сразу же проводят пластическую операцию. После этого пациент несколько дней находится под наблюдением врачей, пока его состояние не стабилизируется. Обязательно проводится гистология – клеточное исследование структуры вырезанных тканей в лаборатории: это позволяет подтвердить диагноз.

Если опухоль проросла слишком глубоко, хирургическое лечение сочетают с химиотерапией, что позволяет избежать

рецидива. При обнаружении метастазов в других органах назначается несколько курсов лучевой терапии.

Прогноз во многом зависит от глубины прорастания опухоли, возраста и даже пола больного (женщины имеют лучший прогноз). В 90% случаев меланома излечивается полностью. Но помните: чем раньше будет начато лечение, тем больше вероятность благоприятного исхода.

СОБЛЮДАЕМ МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ

Как известно, любое заболевание легче предотвратить, чем бороться с его последствиями. А потому, чтобы не подвергать себя риску, стоит придерживаться некоторых рекомендаций:

Откажитесь от пребывания на солнце в «опасные» часы. Следует всячески избегать прямых солнечных лучей, особенно с 11 до 16 часов. Это касается всех, но в особенности людей со светлой кожей или с большим количеством родинок. Чаще всего меланома возникает у тех, кто проводит много времени на солнце, загорая, занимаясь садоводством, ловя рыбу и так далее. Рискует и те, кто в подростковом возрасте или до 30 лет сильно обгорал на солнце. С возрастом вероятность возникновения меланомы увеличивается.

Носите закрытую одежду. Если предстоит длительное нахождение на свежем воздухе, лучше выбрать свободные штаны и кофту с длинными рукавами, которые будут закрывать руки и ноги от

воздействия инсоляции. А шляпа с массивными полями защитит лицо и шею.

Используйте солнцезащитный крем. Даже скрытое за тучами солнце опасно для нас: а поэтому в период с апреля по октябрь (в южных регионах – ноябрь) необходимо наносить средство на открытые участки кожи (лицо, шея, грудь, руки и ноги, поясница) перед каждым выходом на улицу. Обновлять крем следует каждые два часа.

Не травмируйте родинки. Помните, что повреждение невуса также может стать фактором риска. Поэтому, если родинка растет в том месте, где подвергается частому трению одеждой, от нее лучше вовремя избавиться. Если родинка все же была травмирована, необходимо заклеить это место пластырем и как можно скорее обратиться к дерматологу.

Прежде чем удалять родинку, получите заключение врача. В косметических салонах его обычно не требуют и за просто берутся удалять любые родинки – плати только деньги. Но если у родинки есть предрасположенность к злокачественному перерождению, трогать ее крайне опасно! Это как атомная бомба: тронул ее – и она взорвалась так, что живого места не останется. Помните, что удалять «опасную» родинку может только опытный хирург-онколог. Поэтому перед любыми подобными манипуляциями не полнитесь посетить врача.

**Евгения МАШЕВИЧ,
врач-дерматовенеролог.**