

НЕХОРОШИЕ РОДИНКИ

Меланома

☎ «Расскажите, можно ли самому заподозрить меланому кожи и какую диагностику должен провести врач?»

**Сергей Антонович Тимирязев,
г. Курган.**

Меланома – злокачественная опухоль кожи, которая часто неприметна и кажется обычной родинкой. Она образуется из продуцирующих кожный пигмент меланин клеток, называемых меланоцитами. Диагностируется у 4% онкологических больных, но при этом является опухолью, развитие которой можно заметить уже на ранней стадии.

Пытаясь распознать меланому, помните, что эти новообразования только в 30% случаев развиваются из уже имеющихся родинок (невусов), а в 70% появляются на том месте кожи, где пятен не было. Говоря о том, как распознать меланому и что это такое, прежде всего следует сказать, что это узелок или пятно темного цвета (впрочем, существуют и беспигментные виды) неправильной формы.

Откуда берется меланома, не знает ни один ученый. Но факторами, провоцирующими ее развитие, считают:

- влияние на кожу ультрафиолетового излучения (это относится как к солнечным лучам, так и к искусственным источникам – соляриям или бактерицидным лампам). Риск развития меланомы выше у людей, получивших солнечные ожоги;
- белая кожа, рыжие волосы и большое число веснушек. У темнокожих и смуглых людей вероятность возникновения болезни низкая;
- диагностированные ранее случаи возникновения меланом как у самого пациента, так и у его близких родственников;

- наличие на теле большого числа родинок (речь идет о пятидесяти и более или от 20 крупных невусов размером от 0,5-1,0 см);
- низкий иммунитет (слабые защитные силы организма, вызванные хроническими болезнями);
- заболевания эндокринной системы.

Наиболее распространенной локализацией меланомы являются ноги и верх спины, реже – ладони, ногти и слизистые оболочки. У пожилых людей они появляются на лице, шее, волосистой части головы и ушах.

Присмотритесь к своим родимым пятнам: здоровые чаще всего симметричны. Если через их середину мысленно провести линию, то обе половинки родинки будут примерно совпадать по форме и размеру. Нарушения этой симметрии должны вызвать у вас подозрения. Обратите внимание и на границы родинки. Если они неровные, размытые, нечеткие, то запишитесь на прием к врачу.

Здоровая родинка не болит

Насторожить должно и изменение цвета новообразования (если родинка окрашена более чем в один цвет или же имеет несколько оттенков). Не откладывайте визит к врачу и при покраснении тканей вокруг невуса, возникновении на нем трещинок, язвочек, покрытых корочкой, и кровотечений. В таких случаях родинка причиняет беспокойство (зудит или жжет), у больного могут увеличиться лимфоузлы. Даже если ваше пятно не имеет отклонений (ровный цвет, четкие границы, симметричная форма), но в диаметре превышает 6 мм, то этот факт можно отнести к тревожным симптомам.

Не стоит сразу же бить тревогу, едва заметив, что родинка увеличилась. Обычный невус может меняться, как и мы с возрастом меняемся: вначале он плоский, а затем может стать выпуклым. И это не страшно. Но все же поход к врачу не стоит откладывать, так как в этом случае лучше проявить из-

лишнюю бдительность, которая может впоследствии спасти не только здоровье, но и жизнь.

Не нужно дожидаться всех перечисленных признаков – достаточно одного из них, чтобы у вас был серьезный повод пройти диагностику. А лучше всего пройти ее до появления тревожных симптомов, чтобы изучить свою кожу и знать, за чем следует наблюдать, а что имеет смысл удалить в целях профилактики (диспластические невусы, подозрительные новообразования).

Заподозрить меланому врач может как по жалобам пациента, так и по визуальному осмотру измененного кожного покрова. Уточняющим методом диагностики является дерматоскопия. Разница между визуальным осмотром и с помощью дерматоскопа такая же, как чтение в очках и без них.

Подозрительное образование не «скребут» на соскоб, потому что это может ускорить процесс метастазирования. Биопсия проводится только полным иссечением новообразования в пределах здоровых тканей с отступом 0,5-1,0 см (останется рубец, поэтому иссечение должно быть максимально обоснованным). Гистологический анализ на основе биопсии является основанием для установки диагноза «меланома».

Оптимальный вариант лечения подбирается клиническим онкологом (химиотерапевтом) или на консилиуме хирургов-онкологов и химиотерапевтов индивидуально, с учетом того, насколько далеко зашел процесс развития опухоли и генетической природы заболевания. Лазерная коагуляция и фотодинамическая терапия свою эффективность в данном случае не показали.

Главное в лечении: радикальное хирургическое иссечение, химиотерапия, таргетная терапия (лечение препаратами, которые блокируют рост и распространение раковых клеток) и иммунотерапия (современный вид лечения). Родинки с признаками злокачественности удаляет онкохирург. Запрещено удалять невусы самостоятельно или в салонах красоты. Из-

бегайте травмирования кожного покрова и воздействия на тело неизвестных химикатов.

Неспецифическая профилактика

- Не рекомендуется долго находиться на солнце в период с 11 до 17 часов. Если оно закрыто облаками, это не значит, что не излучает ультрафиолета (85% его попадает на кожу при пасмурной погоде на море). Отражение солнца от воды, песка и снега удваивает количество ультрафиолетовых лучей, которые поглощает кожа.
- В солнечные дни на кожу наносят средства с защитными факторами. Рекомендую средства с SPF50 (SPF – солнцезащитный фактор, а 50 – это уровень защиты кожи) и выше. Но бесспорных данных о том, что эти мази, спреи и лосьоны действительно предотвращают развитие меланомы, нет. К тому же многие забывают их вовремя наносить или наносят, когда уже появились признаки обгорания.

Перед походом в солярий проконсультируйтесь с дерматологом. Если врач найдет на теле так называемый диспластический невус (определяется только дерматоскопом или на гистологии), солярий ему противопоказан.

Чтобы обезопасить себя и своих близких, регулярно проходите медицинский осмотр, в том числе онкологический, не реже 1 раза в год, а по индивидуальным показаниям – чаще. Помните, что эти нехитрые рекомендации могут спасти вам жизнь.

Светлана ШЕСТОПАЛОВА,
врач-онколог, хирург, химиотерапевт.