

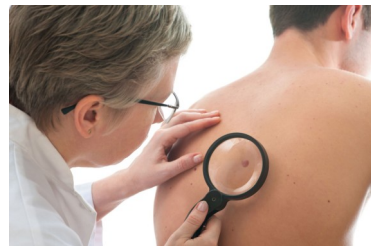


# „Fogjunk össze a melanoma ellen”

*A bolygónkat védő ózonréteg egyre vékonyodik,  
így bőrünk is egyre nagyobb sugárzásnak van kitéve.*

A bőrben található, pigmentet (fekete-barna festékanyag) termelő sejteket melanocitáknak nevezzük.

A melanoma ezeknek a sejteknek a rosszindulatú daganatát jelenti.



*Az anyajegyekben nagyobb mennyiségben van jelen a melanociták által termelt festékanyag. A melanoma kialakulása 70%-ban ugyan nem kötött a korábban meglévő anyajegyhez, vagyis a daganat újonnan alakul ki, azonban 30%-ban a korábban meglévő anyajegyből alakul ki. Bizonyított, hogy az életben történt napégések száma szorosan összefügg egy melanoma keletkezésével. Ezért kell különösen a gyermekeket védeni a napsugárzás ellen, mert: „a bőr sohasem felejt”.*

## A melanoma fő kockázati tényezői:

- a természetes és mesterséges UV-sugárzásnak való kitettség
- a bőr típusa: a nagyon fehér bőr fokozott kockázatot jelent
- az anyajegyek; a szabálytalan anyajegyek jelenléte
- a melanoma családban való előfordulása
- életkor: az életkor növekedésével a bőrre jutó napsugárzás össz mennyisége is nő

## A melanomára figyelmeztető jelek az anyajegyeken:

- megváltozik a színe, pigmentációja
- megváltozik a felszíne: kiemelkedik a bőrből, göbössé válik, megvastagodik
- az anyajegy alakja aszimmetrikussá válik, vagy egy új aszimmetrikus anyajegy jelenik meg
- megváltozik a határa (széle), nőni kezd a bőrfelületen
- kisebbedik, felmaródik, fekélyesedik

**Rendkívül fontos, hogy ismerjük, tartsuk számon anyajegyünket és a legkisebb gyanús elváltozás észlelésekor feltétlenül forduljunk bőrgyógyászhoz!**

## Megelőzés, kockázati tényezők csökkentése:

- ne tegyük ki bőrünket intenzív napsugárzásnak 10 és 16 óra között
- használjunk a leégéstől védő öltözetet
- használjunk megfelelő faktorú (15-ösnél magasabb) naptejet - télen is
- vizsgáljuk meg rendszeresen anyajegyünk állapotát
- forduljunk rendszeresen szakorvoshoz
- gyógyszerek szedése előtt mindig nézzünk utána, hogy az adott készítmény okozhat-e fényérzékenységet

**Nem árt tudnunk, hogy a napégés tünetei pár nap alatt elmúlnak, a károsodás hosszú távú szövődményei később jelentkezhetnek.**

**Bővebb tájékoztatás érdekében forduljon bizalommal házi orvosához, bőrgyógyászához!**