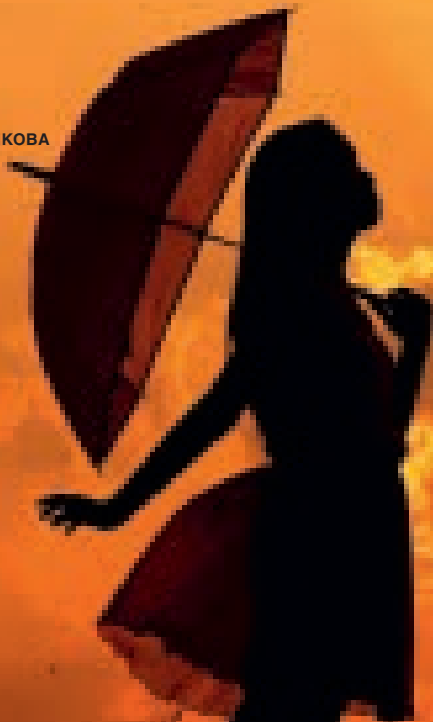


НЕ ВСЕ ИЗ НАС ПОЛЬЗУЮТСЯ ВОЗМОЖНОСТЬЮ БЕСПЛАТНО ПРОЙТИ В МАЕ ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЙ ОСМОТР У ДЕРМАТООНКОЛОГА ДЛЯ СВОЕВРЕМЕННОГО ВЫЯВЛЕНИЯ МЕЛАНОМЫ. ВИННОЙ ТОМУ – НЕДОСТАТОЧНОЕ КОЛИЧЕСТВО ИНФОРМАЦИИ И ОБИЛИЕ МИФОВ ОБ ЭТОМ



НАТАЛЬЯ ТОЛСТИХИНА  
ДЕРМАТООНКОЛОГ  
КЛИНИКИ «ТРИАКТИВ»

ЗАПИСАЛА СВЕТЛАНА ВОЛКОВА



## Миф 1

### ПОСЛЕ УДАЛЕНИЯ МОЖЕТ СТАТЬ ХУЖЕ, ПОЭТОМУ ЛУЧШЕ ВООБЩЕ НЕ ТРОГАТЬ РОДИНКИ

Меланома не может развиться по причине удаления новообразования (родинки, веснушек, папиллом и т.д.) при условии, что оно проведено в медицинской клинике. Более того, своевременно сделанная подобная процедура – единственный метод излечения. Подозрительные родинки и любые другие элементы на коже можно и нужно удалять, но только у опытного дерматолога.

Перед удалением врач обязательно должен провести дерматоскопию – осмотреть все подозрительные элементы с помощью специального оптического прибора дерматоскопа. Если требуется более глубокий анализ и динамическое наблюдение, используется дерматоСИА-скопия. Эта процедура дает возможность получить фотографии в очень высоком разрешении (буквально заглянуть внутрь кожи) и провести детальный анализ. Диагноз с помощью такого прибора можно поставить сразу и его точность будет очень высока. В дальнейшем врач может наблюдать за родинкой длительное время, сравнивая результаты диагностики на каждом новом осмотре.

Сегодня существует не-

сколько методик удаления новообразований: лазерная коагуляция (удаление сверхвысокими температурами), радионож (Сургитрон), электрокоагуляция, хирургическое иссечение или удаление жидким азотом.

## **Миф 2** **РОДИНКИ, ПАПИЛЛОМЫ, БОРОДАВКИ ИЛИ ПИГМЕНТНЫЕ ПЯТНА МОЖНО УДАЛЯТЬ САМОСТОЯТЕЛЬНО**

Нет, нет и еще раз нет! Нельзя самостоятельно в домашних условиях не только удалять, но также перевязывать «родинки» нитками, чтобы приостановить их рост, отбеливать и/или прижигать любые новообразования даже аптечными средствами, которые вам порекомендовал фармацевт! В лучшем случае вы рискуете получить ожоги и другие осложнения, в худшем – рискуете жизнью.

Никакие манипуляции с образованиями кожи не

стоит делать также в салонах красоты, парикмахерских – там не работают дерматонкологи и подобные услуги оказываются нелегально.

## **Миф 3** **МЕЛАНОМЫ НЕ БЫВАЕТ У ДЕТЕЙ И МОЛОДЫХ ЛЮДЕЙ**

В целом действительно риск развития меланомы увеличивается с возрастом. Но, к сожалению, сегодня она молодеет и может встречаться даже у детей и подростков.

## **Миф 4** **ОБРАЩАТЬ ВНИМАНИЕ НУЖНО ТОЛЬКО НА ТЕМНЫЕ РОДИНКИ**

Увы, это не так. Существует беспигментная меланома, которая может выглядеть как розовое или бесцветное пятнышко или же узелок. Поэтому любые образования на коже должны быть под пристальным вниманием. Неважно, посветлела или потемнела родинка – это повод обратиться к врачу.

## **Миф 5** **ЕСЛИ НА ТЕЛЕ НЕТ РОДИНОК, ТО НЕЗАЧЕМ ПРОХОДИТЬ ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЙ ОСМОТР У ДЕРМАТООНКОЛОГА**

Это заблуждение. Меланома может развиваться не только из родинки и способна появиться на любом участке кожи. В том числе на слизистых, полости рта, глаза и т.д. В таких местах распознать ее способен только специалист. Вот почему проходить профилактический осмотр у дерматонколога необходимо независимо от того, имеются у вас родинки или нет.

## **Миф 6** **ЕСЛИ ИЗ РОДИНКИ РАСТУТ ВОЛОСЫ, ТО ОНА ТОЧНО ДОБРОКАЧЕСТВЕННАЯ**

Это тоже не совсем так! Рост волос никак не связан с процессами развития меланомы. Волосяные луковицы находятся глубже зоны роста родинки. Поэтому волосы могут расти и из злокачественного образования.

## **Миф 7** **СОЛНЕЧНЫЙ КЕРАТОЗ (СТАРЧЕСКИЙ КЕРАТОЗ) НЕ ОПАСЕН. НАШИ ПРАДЕДЫ, БАБУШКИ И ДЕДУШКИ ИМЕЛИ МНОЖЕСТВЕННЫЕ КЕРАТОМЫ И ЖИЛИ СПОКОЙНО**

С тех пор изменилось многое, в том числе экологическая обстановка в мире – истончился озоновый слой и

## **ПОВОД НАСТОРОЖИТЬСЯ**

Когда нужно как можно скорее обратиться к специалисту? «Правило Фигаро» поможет провести самодиагностику:

- Ф**орма – возвышающаяся над уровнем кожи
- И**зменение размеров, ускорение роста
- Г**раницы неправильные, края изрезанные
- А**симметрия – одна половина родинки отличается от другой
- Р**азмеры крупные – диаметр нехорошей родинки обычно превышает 5мм
- О**краска неравномерная

солнечное излучение стало более агрессивным. Сегодня кератоз официально считается состоянием, требующим постоянного наблюдения у дерматоонколога.

### Миф 8 ВРОЖДЕННЫЕ РОДИНКИ БЕЗОПАСНЫ

К сожалению, это не так. Если родинка у вас от рождения это не значит, что она не может стать злокачественной со временем. Любые изменения образований должны привлечь внимание и стать поводом к визиту к дерматоонкологу.

### Миф 9 ЕСЛИ Я ПОЛЬЗУЮСЬ СОЛНЦЕЗАЩИТНЫМИ СРЕДСТВАМИ, ЗАКРЫВАЮ ТЕЛО ОДЕЖДОЙ ПЕРЕД ВЫХОДОМ НА СОЛНЦЕ, Я В БЕЗОПАСНОСТИ

К сожалению, средства с

## без специалиста **ВЫЯСНИТЬ** природу новообразования **НА КОЖЕ** **НЕВОЗМОЖНО**

фактором защиты от солнца не панацея. Конечно, это не означает, что они бесполезны. Это прекрасная форма защиты кожи от вредного воздействия солнечных лучей, а значит и профилактики меланомы. В период повышенной инсоляции, в черте города или на море пользоваться специальными средствами обязательно нужно. Но большое заблуждение считать, что после нанесения крема с УФ-фактором, вы можете провести на пляже целый день, не боясь негативного воздействия солнца.

### Миф 10 ЕСЛИ У ВАС МНОГО

### РОДИНОК, ТО НЕЛЬЗЯ ЕЗДИТЬ В ЖАРКИЕ СТРАНЫ

Можно отдыхать на море и в горах, если соблюдать простые правила. Людям со множественными новообразованиями кожи (родинками, веснушками) следует загорать только под тентом. Находиться под прямыми солнечными лучами категорически запрещено! Купаться можно строго до 10 утра или после 17:00 часов дня.

И все, кто имеют множественные новообразования кожи, должны не реже чем раз в полгода проходить профилактический осмотр у дерматоонколога, для динамического наблюдения за родинками.

### Миф 11 В МОЕЙ СЕМЬЕ НЕ БЫЛО СЛУЧАЕВ МЕЛАНОМЫ, ПОЭТОМУ МНЕ И МОИМ ДЕТЯМ НЕ О ЧЕМ ВОЛНОВАТЬСЯ

Меланома может возникнуть абсолютно у любого человека, независимо от того, были ли случаи меланомы в семье или нет.

## ВЫ НАХОДИТЕСЬ В ГРУППЕ РИСКА, ЕСЛИ У ВАС:

- Множественные родинки
- Меланома в анамнезе
- У ваших родственников выявляли меланому или другие виды рака кожи
- Появляются новые родинки
- Имеющиеся родинки изменяются, доставляют дискомфорт
- Есть родинки, которые постоянно травмируются
- Были многочисленные солнечные ожоги (более трех раз)
- Вы любите загорать, делаете это часто на пляже и/или в солярии
- Светлые или рыжие волосы, светлые глаза и/или кожа, вы быстро сгораете на солнце

## Несколько вопросов дерматоонкологу

**❓ Почему ежегодные профилактические осмотры у дерматоонколога обязательны для всех?** Проблема в том, что злокачественные новообразования кожи могут маскироваться. Банальное воспаление или прыщик могут в итоге оказаться опасными.

Типов новообразований кожи великое множество – родинки, пигментные пятна, сосудистые образования, кератомы и так далее. Они могут быть врождёнными и приобретёнными, абсолютно безопасными, или изначально быть метастазом. Без специалиста выяснить природу новообразования на коже невозможно. Вот почему стоит регулярно проходить профилактические осмотры.

**❓ С какого возраста нужно начинать проверяться?** По хорошему с момента рождения. Советую родителям регулярно осматривать всю кожу ребенка. И, конечно, необходимо максимально уменьшить воздействие активного солнечного излучения и избегать ожогов. Будьте особенно внимательны в зоне повышенной инсоляции – избегайте пребывания малыша на солнце с 11.00 до 17.00, используйте средства с высоким (не менее 30, а лучше 50) фактором защиты от солнца.

**❓ Сколько раз и когда нужно приходить на профилактический осмотр?** Даже если вас ничего не беспокоит, рекомендуется показывать родинки специалисту хотя бы раз в год. Особенно, если вы собираетесь туда, где высокая солнечная активность – на море или в горы. Тем, кто относится к группе риска, проверяться необходимо раз в полгода.

Диагностика обязательно перед любыми косметологическими процедурами, подразумевающими удаление или коррекцию пигментных пятен, воспалительных элементов, сосудистых образований, или физиотерапевтическое воздействие на ткани. Если в зоне проведения процедуры имеется новообразование то, врач обязан провести дерматоскопию (использовать специальный оптический прибор) или дерматоскопию – более совершенный метод диагностики, когда доктор получает цифровое изображение новообразования и результаты анализа этих данных специальными программами.

Кстати, диагностику меланомы (скрининг) можно пройти бесплатно – в последнем месяце весны многие специализированные клиники проводят акцию, приуроченную к 22 мая – Дню диагностики меланомы в России. ■

