

علائم اولیه سرطان پوست را بشناسید

18 دی 1402

داده‌ها نشان می‌دهد که میزان ابتلا به سرطان پوست در افراد بالای ۵۴ سال از دهه ۱۹۹۰ تقریباً دو برابر افزایش یافته است و در سال‌های ۲۰۱۷ تا ۲۰۱۹ از هر ۱۰۰ هزار نفر، حدود ۶۲ نفر به این بیماری مبتلا شده‌اند.

کارشناسان تشخیص به‌موقع را کلید درمان موفقیت‌آمیز این بیماری می‌دانند، نکته‌ای که در مورد سایر سرطان‌ها هم مهم است.

نشانه‌هایی که باید در مورد خال‌هایتان به آن‌ها دقت کنید عبارتند از:

شکل نامنظم

سازمان ملی خدمات سلامت انگلیس (NHS) می‌گوید خال‌های معمولی گردند و حاشیه صاف و رنگی یکنواخت دارند. اما ملانوما، تومور ناشی از سلول‌های ملانین‌دار که تومور پوستی محسوب می‌شود، غالباً نامنظم است، ممکن است دو نیمه باشد و هر نیمه شکلی متفاوت و حاشیه‌ای ناهموار داشته باشد.

رنگ مختلط

خال معمولی معمولاً تک‌رنگ است، اما ملانوما غالباً ترکیبی از دو یا چند رنگ دارد یا توزیع رنگ‌ها نامتناسب است.

اندازه

ملانوما معمولاً بزرگ‌تر از خال معمولی است و در بیشتر اوقات بیش از شش میلی‌متر قطر دارد.

تغییر شکل

به گفته متخصصان پوست، در صورت مشاهده خال جدید یا هرگونه تغییری در خال‌های موجود، باید به پزشک مراجعه کنید.

خونریزی/خارش

سایر نشانه‌هایی که باید مراقب آن‌ها باشید عبارتند از خال‌های متورم و دردناک، خونریزی یا خارش خال.

در صورتی که هر یک از این علائم را در پوست خود مشاهده کردید، باید برای احتیاط بیشتر سراغ پزشک بروید تا او خال را بررسی کند.

به توصیه متخصصان پوست، بهتر است کمتر در معرض تابش آفتاب قرار بگیرید - در سایه بمانید و

سر و بدنتان را بپوشانید - همچنین مرتب ضدآفتاب بزنید.

داشتن پوست روشن، سابقه آفتاب‌سوختگی، قرارگیری بیش از حد در معرض نور فرابنفش، زندگی در نزدیکی خط استوا یا ارتفاعات، داشتن خال‌های زیاد یا غیرعادی، سابقه خانوادگی و سیستم ایمنی ضعیف از عواملی است که ممکن است خطر ابتلا به ملانوما را افزایش دهند.