

ÖNRE IGAZ-E A KÖVETKEZŐK VALAMELYIKE?

- Sok anyajeggyel rendelkezem.
- Hirtelen jelentkező anyajegyet vettem észre.
- Lassan növekvő, de vérzékeny bőrelváltozást észleltem.
- Megváltozott az anyajegyem alakja/színe/mérete.
- Nem gyógyuló sebem van (kivéve ha krónikus lábszárfekély miatt kezelik).
- A családban van/volt bőrdaganatos beteg.
- Sokat dolgoztam/tartózkodtam a szabadban.
- Nincs segítségem a teljes bőrfelszín (hát, hajás fejbőr stb.) vizsgálatához.

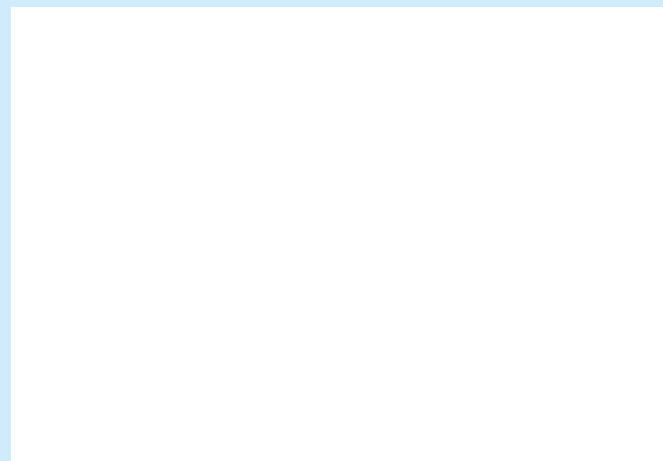
Ha Ön valamelyik állításra igennel válaszolt, javasolt bőrgyógyászati szakvizsgálata.

Ha egy anyajegy festékes változást mutat (nagyság, alak, szín, gyulladás, viszketés, stb.), illetve a bőrön új festékes képlet jelenik meg, gondolni kell melanoma kialakulására. Ilyenkor azonnal jelentkezni kell bőrgyógyász szakorvosnál! Folyamatosan kísérjük figyelemmel a pigmentfoltokat!



Jelentkezzen Ön is az EVP-Egészségfejlesztési Iroda szűrő- és tanácsadóprogramjára!

Programjainkban lehetőséget biztosítunk az egészségi állapot felmérésére, egészségterv készítésére és életmódtanácsadó programjainkban való részvételre, amelyek segítséget nyújthatnak Önnek abban, hogy egészségesebben éljen.



EVP-Egészségfejlesztési Iroda:
6800 Hódmezővásárhely, Dr. Imre József utca 2., "L" épület.

Telefon: 06/62/532-368
E-mail: efi-hodmezovasarhely@evp.hu
Facebook: www.facebook.com/evpefi
Honlap: www.evp.hu
www.csmekhm.hu

SZÉCHENYI 2020



Európai Unió
Európai Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE



EGÉSZSÉG
FEJLESZTÉSI
IRODA

A MELANOMA KOCKÁZATÁNAK CSÖKKENTÉSE



CSONGRÁD MEGYEI
EGÉSZSÉGÜGYI ELLÁTÓ KÖZPONT
HÓDMEZŐVÁSÁRHELY-MAKÓ

A MELANOMA KOCKÁZATÁNAK CSÖKKENTÉSE

A melanoma a 20-40 éves korosztályban a fehér bőrű lakosság leggyakoribb, életet veszélyeztető rosszindulatú bőrdaganata. A melanómás esetek száma gyorsan nő, elsősorban a fehér bőrű lakosság körében. 2005-ben több mint 1800 új melanoma került felismerésre Magyarországon. Minél kezdetibb a melanoma, annál nagyobb a gyógyulás esélye; így fontos, hogy idejében felfedezzük a betegséget. Kialakulásának kockázata csökkenthető az UV sugárzás elleni megfelelő védekezéssel.

MI A MELANOMA?

A melanoma a bőr festéktermelő sejtjeiből kiinduló rosszindulatú daganat, ritkán más szervből is kiindulhat. Keletkezhet már meglévő anyajegyéből, de megjelenhet anyajegy mentes bőrfelületen is. A legfontosabb kockázati tényező a túlzott napsugárzás, a napfény UV sugarai, de fénytől védett területekről is kiindulhat. A szolárium is egyértelműen növeli a melanoma kockázatát. A melanoma az egyik legveszélyesebb rákos betegség. Ha nem fedezik fel idejében, gyorsan áttéteket ad a test távoli részébe, ahol tovább növekszik.

KINÉL ALAKULHAT KI MELANOMA?

Mindenkinél kialakulhat melanoma. Fokozott kockázatnak vannak kitéve, akik az alábbi kategóriák egyikébe vagy ezek közül többbe is beleillenek:

- Világos bőr, haj és szemszín. Szeplős vagy leégésre hajlamos bőr.
- Előfordult már melanoma a családban vagy hajlam a leégésre.
- 50 vagy annál több, különféle formájú, méretű és színű anyajegy.
- A bőr gyakori UV sugárzásnak van kitéve.



A MELANOMA KOCKÁZATÁNAK CSÖKKENTÉSE

ALAPSZABÁLYOK

GYERMEKEKNEK ÉS FELNŐTTEKNEK

- Kerüljük a napégéseket! Napos időben 10.00 és 16.00 óra között maradjunk árnyékban!
- A napon viseljünk kalapot, napszemüveget, megfelelő ruházatot!
- 3 éves korig tilos a gyerekeket napoztatni!
- Használjunk magas fényvédő faktorú krémet!
- Kerüljük a szolárium használatát!
- Kerüljük az anyajegyek tartós, mechanikus irritációját (ruhanemű, eszközök, vakarás stb.)!
- Sérült, kivérzett, festékes anyajegyeket szakszerűen el kell távolítani!