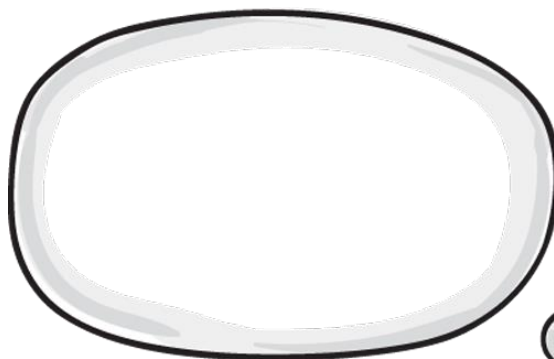




STOWARZYSZENIE CHORYCH NA CZERNIAKA



**ODŁÓŻ SMARTFONA
SPRAWDZAJ ZNAMIONA !**
EDYCJA II



POZnań*



Co to jest czerniak

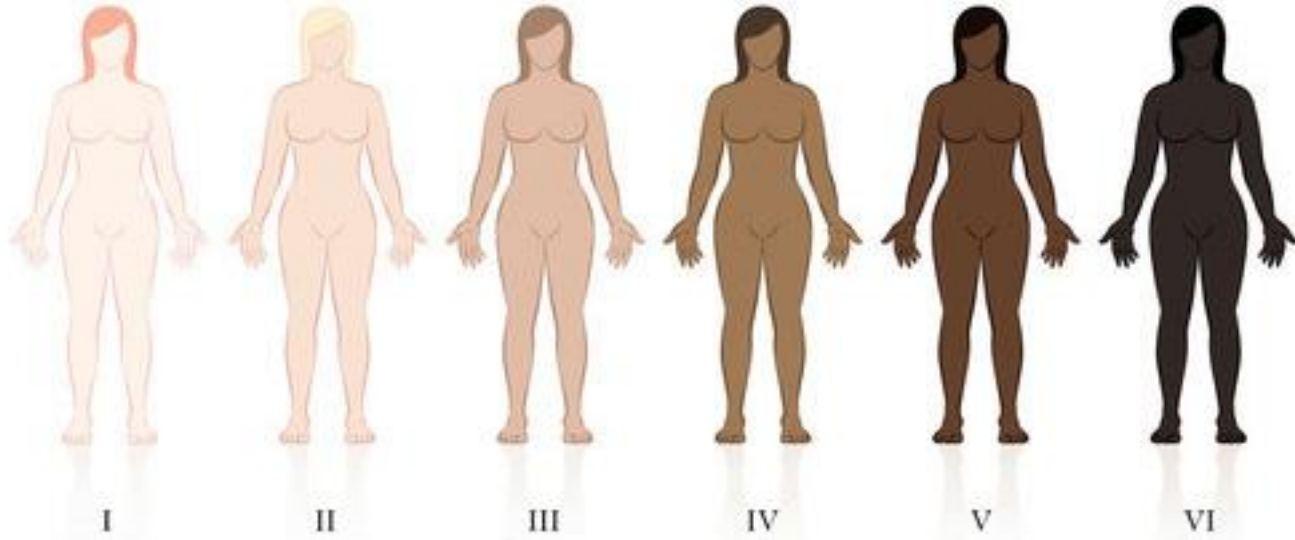
- Czerniak złośliwy skóry (łac. melanoma malignum) wywodzący się z komórek barwnikowych – melanotocytów pojawiający się najczęściej na skórze. Powstaje przede wszystkim ze znamion barwnikowych (tzw. pieprzyków) lub może tworzyć się samoistnie
- Czerniak jest nowotworem o wysokim stopniu złośliwości.
- Może dawać przerzuty do węzłów chłonnych, a także przerzuty odległe, najczęściej do płuc i mózgu.
- Wykryty we wczesnym stadium jest w pełni uleczalny!

Od kilku lat odnotowuje się wzrost zachorowań na czerniaka. Obecnie mamy ponad 10 000 zachorowań na nowotwory skóry, w tym ponad 4000 na czerniaka. Przyczyną wzrostu jest nadmierna ekspozycja na słońce i solaria – moda na brązową opaloną skórę. Na czerniaka chorują coraz to młodszy ludzie. Na dzień dzisiejszy połowa pacjentów chorych na czerniaka umiera.



Czynniki ryzyka zachorowalności na czerniaka

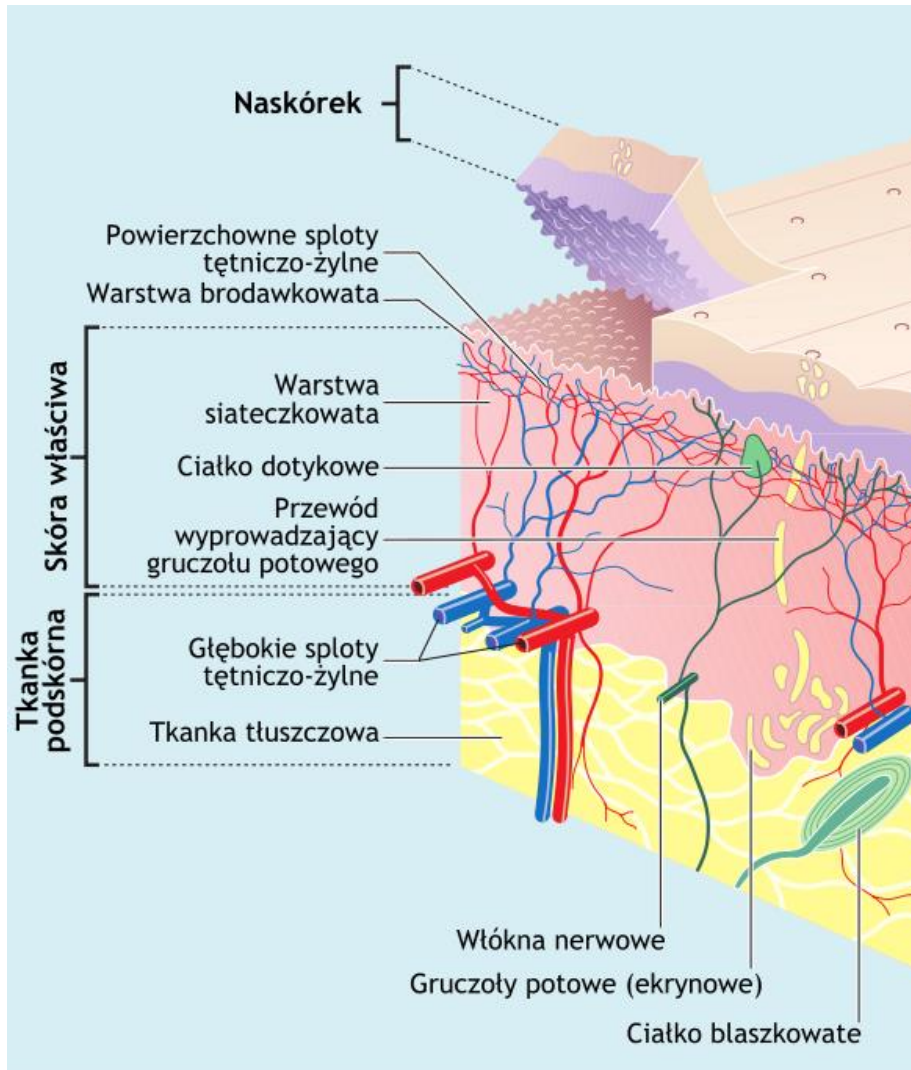
- ▶ Jasna karnacja skóry, jasne lub rude włosy, niebieskie tęczówki
- ▶ Oparzenia słoneczne i uszkodzenia skóry pod wpływem promieni słonecznych i promieniowania UV
- ▶ Oparzenia słoneczne przebyte w wieku dziecięcym i młodym
- ▶ Zespół znamion dysplastycznych tj. występowanie plam soczewicowatych
- ▶ Zachorowalność na czerniaka w rodzinie

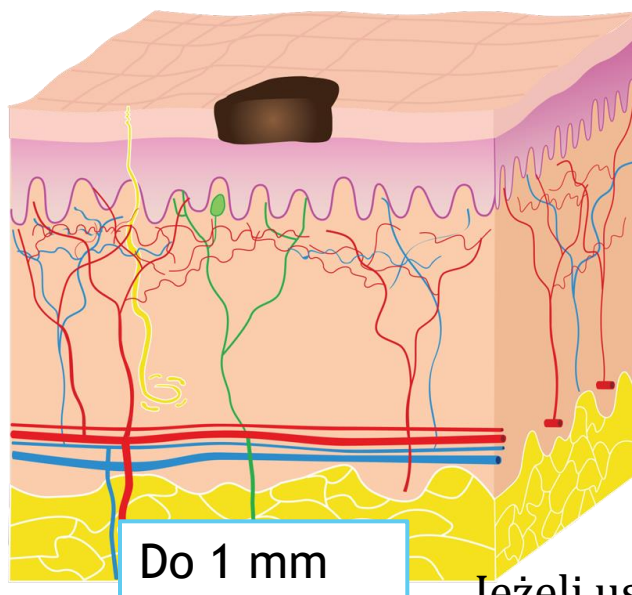


Typ	Cechy charakterystyczne	Reakcja na światło słoneczne
I	Blady kolor skóry, niebieskie lub piwne oczy, włosy blond lub rude, bardzo często <u>piegi</u>	Zawsze ulega oparzeniom, nigdy się nie opala
II	Jasny kolor skóry, zielone lub piwne oczy, włosy blond, rude lub brązowe, często piegi	Zazwyczaj ulega oparzeniom, trudno się opala
III	Kremowy kolor skóry, ciemny blond lub brązowe włosy, szare lub brązowe oczy, rzadko piegi	Umiarkowanie ulega poparzeniom, opala się przeciętnie
IV	Jasnobrązowa do oliwkowej skóra, ciemne włosy, brązowe lub ciemnobrązowe oczy, brak piegów	Rzadko ulega oparzeniom, zawsze się opala
V	Brązowa skóra, ciemne lub czarne włosy, ciemnobrązowe oczy	Bardzo rzadko ulega oparzeniom, łatwo i mocno się opala
VI	Ciemnobrązowa lub czarna skóra, czarne włosy, ciemnobrązowe oczy, brak piegów	Nigdy nie ulega oparzeniom, nigdy się nie opala

Budowa skóry

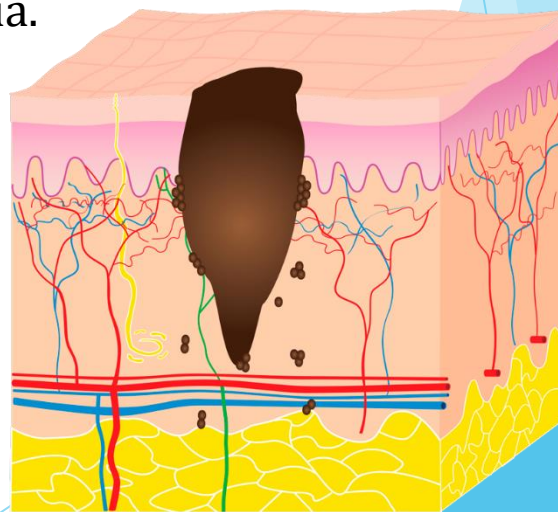
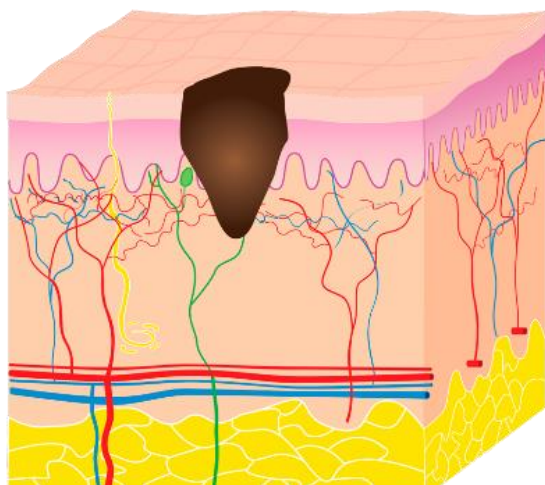
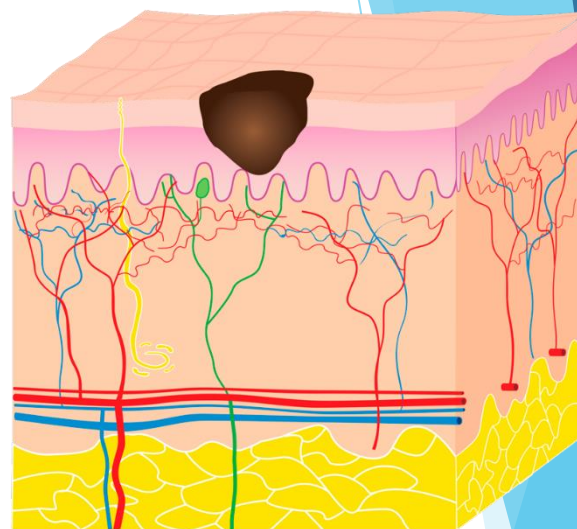
Ogólna powierzchnia u człowieka wynosi 1,5-2 m², o grubości od 1,5 do 5 mm.



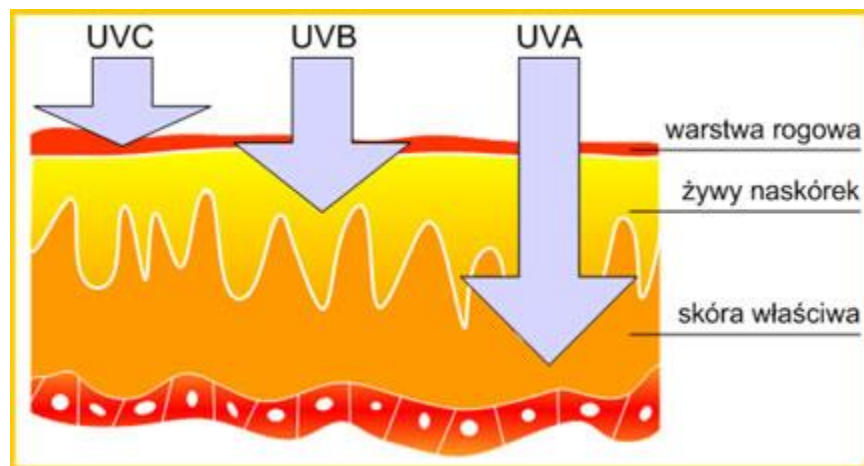
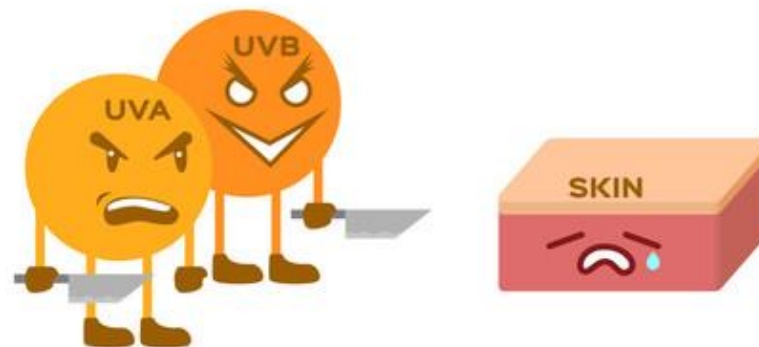


Do 1 mm

Jeżeli usuniemy podejrzanę
znamię, które ma do 1mm
nacieku mamy prawie 100%
pewność wyleczenia.



Promieniowanie ultrafioletowe



Widmo światła słonecznego



Promienie UV stanowią zaledwie 5% promieni słonecznych, są one bardzo silne.

Wyróżnia się 3 rodzaje promieniowania: UVA, UVB i UVC.



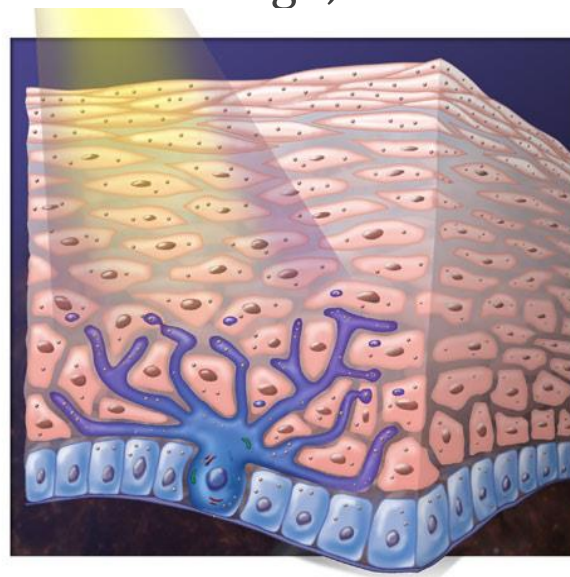
Promieniowanie UVA

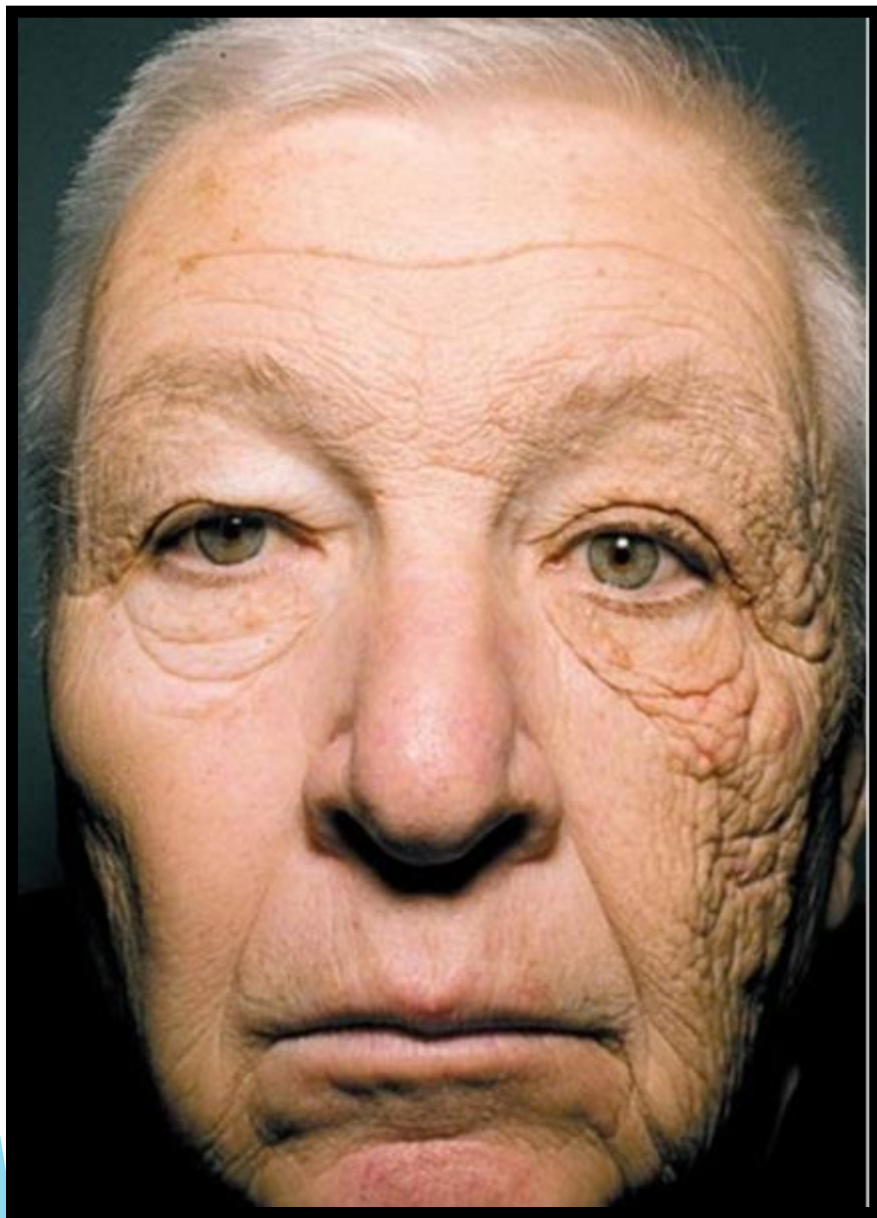
- ▶ Stanowi **95%** promieniowania UV docierającego do Ziemi;
- ▶ Natężenie jest jednakowe przez cały rok bez względu na porę roku oraz zachmurzenie;
- ▶ Przenika przez chmury oraz szyby samochodów i szyby okienne, a także naskórek;
- ▶ Nie powoduje oparzeń skóry; przyczynia się do szybkiego opalania;
- ▶ Przenikając przez naskórek dociera do skóry właściwej i uszkadza włókna kolagenowe i elastynowe (starzenie się skóry);
- ▶ Powoduje powstawanie wolnych rodników, które uszkadzają materiał genetyczny komórek i przyczyniają się do zmian nowotworowych.

Promieniowanie UVB



- ▶ Stanowi **5%** promieniowania UV;
- ▶ Zatrzymywane jest przez chmury i szyby;
- ▶ Przyczynia się do wytwarzania się witaminy **D3**;
- ▶ Wnika w naskórek powodując często oparzenia słoneczne;
- ▶ Powoduje **opóźnione opalanie się**;
- ▶ Przyczynia się do uszkodzania melanocytów i tym samym do powstawania czerniaka złośliwego;
- ▶ Wywołuje reakcje alergiczne.





Ten mężczyzna przez 30 lat pracował
jako kierowca ciężarówki.

Poparzenia słoneczne w wieku dziecięcym





Moda na opalanie



Skala oceny zmian skórnych



Metoda **A**BCDE służy do samodzielnego rozpoznawania problemów nowotworowych na skórze. Opisuje jakie zmiany nie powinny wystąpić.

A oznacza **asymetrię** (asymmetry):

ocień symetrię zmiany
postaraj się podzielić zmianę na dwie
połówki –
czy obie połówki pasują do siebie?

Zwykłe znamiona są symetryczne, a
wczesne postacie czerniaka skóry
cechują się asymetrią.



METODA ABCDE

- ▶ **B** oznacza: **obrzeże znamienia** (ang. **b**order),
- ▶ Zwykle znamiona są owalne lub okrągłe i wyraźnie widoczna jest granica pomiędzy znamieniem, a zdrową tkanką
- ▶ Rozmyta lub zatarta granica może wskazywać na czerniaka
- ▶ Także „rozlewanie się” barwnika na otaczające tkanki powinno budzić niepokój



METODA ABCDE

- ▶ **C** oznacza: **kolor znamienia** (ang. **color**), niepokojące jest jeśli jest różny w różnych częściach znamienia; Prawidłowe znamiona zwykle są jednokolorowe
- ▶ W przypadku podejrzanego znamienia w jego obrębie może występować kilka kolorów, a granice ich przejścia mogą być bardzo nieregularne



METODA ABCDE

- ▶ **D** oznacza: - średnicę (diameter):
- ▶ zwykłe znamiona mogą mieć różne rozmiary
- ▶ aczkolwiek kiedy znamię ma powyżej 6 mm średnicy należy je bacznie obserwować



METODA ABCDE

E oznacza powiększanie się (**e**nlargement):

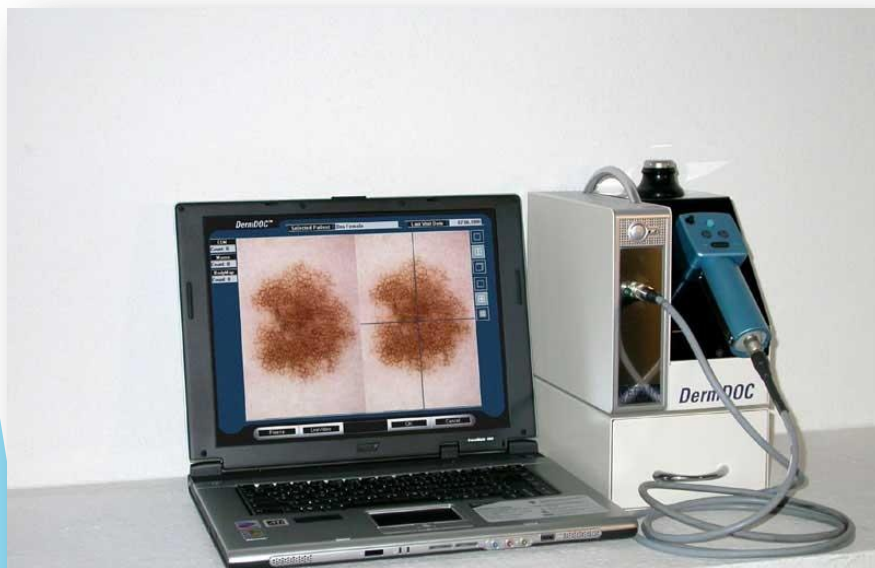
- ▶ szczególnie niepokojące jest nagłe powiększanie się znamienia
- ▶ zwykłe znamiona raczej nie rosną w szybkim tempie
- ▶ oceń także czy znamię nie zrobiło się wypukłe

Zwróć także uwagę czy w okolicach zmiany nie pojawiło się swędzenie, bolesność lub krwawienie.



Badania

- ▶ Dermatoskopia;
- ▶ Videodermatoskopia.



Dermatoskopia



STOWARZYSZENIE
CHORYCH NA CZERNIAKA

Videodermatoskopia



- ▶ Kompleksowe badanie skóry z komputerową analizą i cyfrową dokumentacją zmian skórnych.
- ▶ Kamera cyfrowa daje powiększenie od 20 do 70 razy i umożliwia ocenę znamion wyniosłych.
- ▶ Szybkie i precyzyjne diagnozowanie znamion;
- ▶ Dokładna lokalizacja;
- ▶ Komputerowa analiza i dokumentacja cyfrowa znamion;
- ▶ Monitorowanie zachodzących zmian.

Leczenie

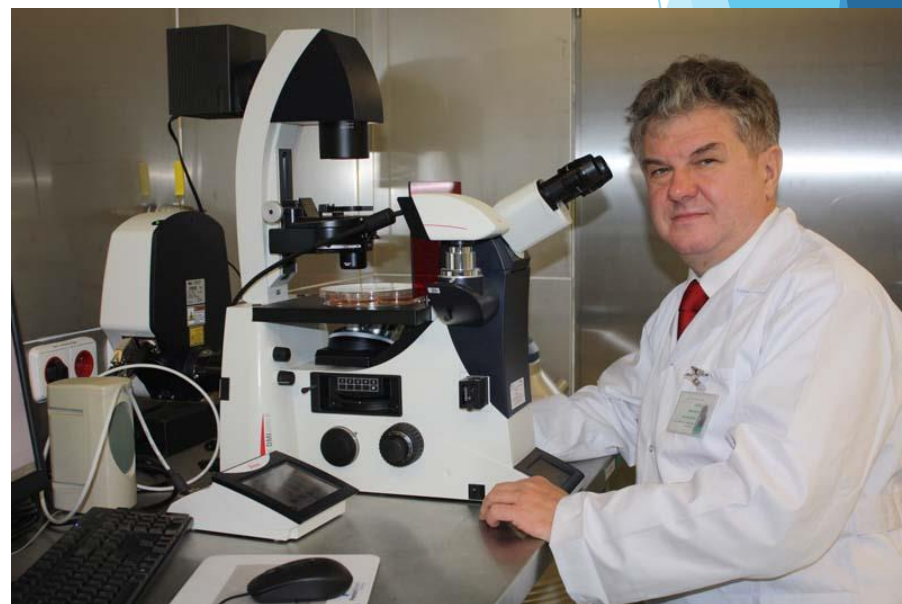
- Zasadnicze:

- ❖ **Chirurgia**

Potwierdzenie rozpoznania mikroskopowego czerniaka skóry lub innego nowotworu złośliwego skóry. Uzyskanie informacji o najważniejszych czynnikach rokowniczych (grubość nacieku wg Breslowa, obecność owrzodzenia i indeks mitotyczny w czerniakach) Biopsja węzła wartowniczego jest obecnie standardem postępowania.

Immunoterapia

- ▶ Terapia odpornościowa, będąca przedmiotem badań prowadzonych w wyspecjalizowanych ośrodkach, np. Poznań, Warszawa, Gliwice, Bydgoszcz, Olsztyn.
- ▶ Prof. Andrzej Mackiewicz z WCO w Poznaniu opracował szczepionkę dla chorych na czerniaka, która ratuje życie.



LABORATORIUM - wytwarzanie szczepionki



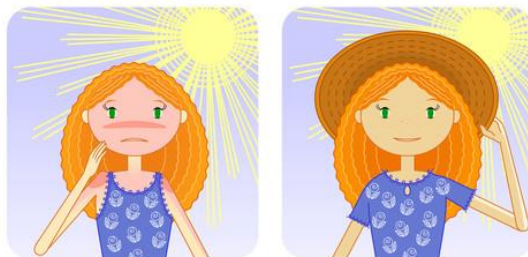
STOWARZYSZENIE
CHORYCH NA CZERNIAKA

Leczenie szczepionką AGI-101 H



Jak uchronić się przed czerniakiem

- ▶ Raz w miesiącu przeglądaj skórę pod kątem
- ▶ podejrzanych znamion;
- ▶ Staraj się unikać nadmiernego nasłonecznienia w godzinach 11-16;
- ▶ Nie opalaj się na solarium;
- ▶ Przy opalaniu pamiętaj o noszeniu czapki, zakrywaniu ramion;



- ▶ Stosuj dietę wspomagającą układ odpornościowy (warzywa, owoce, ryby, jogurt, oliwa z oliwek (Omega 3));
- ▶ Jeżeli zauważysz coś niepokojącego, **IDŹ DO LEKARZA!**



Szkodliwość solarium



- ▶ Emisja promieniowania UVA jest **15 razy** silniejsza niż w słoneczny dzień w południe;
- ▶ Korzystanie z solariów przed 35 rokiem życia zwiększa **dwukrotnie** ryzyko zachorowania na czerniaka;
- ▶ W Polsce od 16 lutego 2018 r wprowadzono zakaz korzystania z solarium osobom niepełnoletnim. Kara wynosi do 50 tys. Za nieprzestrzeganie tego przepisu.
- ▶ Solaria szczególnie niebezpieczne dla dzieci.

TANOREKSJA



Kremy z filtrami UVA i UVB



- ▶ Kremy z filtrami UVA i UVB nie chronią nas przed czerniakiem, ale przed skutkami oparzeń. Lekarze onkolodzy przestrzegają przed nadmiernym korzystaniem z tych kosmetyków bowiem już sam skład chemiczny kremu niszczy skórę.
- ▶ Aby zabezpieczyć się przed czerniakiem musielibyśmy posmarować się 2 cm warstwą kremu.

TATUAŻE

- ▶ Europejska Agencja Chemikaliów (ECHA) ostrzega, że używane do robienia tatuaży tusze mogą zawierać toksyczne chemikalia przyczyniające się do alergii skórnych, bolesnych blizn oraz długotrwałych podrażnień, które w konsekwencji znacząco podwyższają ryzyko chorób nowotworowych.
- ▶ Za najniebezpieczniejszy dla naszego zdrowia uznano pigment w kolorze czerwonym, ze względu na rakotwórczy **siarczek rtęci** sprzyjający poważnym zapaleniom skóry.



- ▶ Dziewczęta, które robią sobie tatuaże w okolicach lędźwi nie zdają sobie często sprawy, że wielu anestezyjologów nie zdecyduje się na zrobienie im znieczulenia zewnątrzoponowego. Istnieje ryzyko, że wkłuwając igłę można przenieść pigmenty z tuszu głębiej, a one uszkadzają system nerwowy.
- ▶ Również tatuaże wykonywane na rękach są przyczyną nie możliwości pobierania krwi.





- ▶ UWAGA ! Na tatuaże zmywalne dla dzieci.
- ▶ W przeciwieństwie do **tradycyjnej henny** rodem z Indii, dostępne powszechnie na bałtyckich deptakach i promenadach substancje (szczególnie te w kolorze czarnym lub tzw. neutralnym) zawierają toksyczne dla skóry **chemikalia** (m.in. parafenylenodiaminę zwaną "sztuczną henną", przed którą ostrzegają polskie stancje sanitarno-epidemiologiczne).

Nasze akcje profilaktyczne

- ▶ Stowarzyszenie od 9 lat posiada specjalistyczny sprzęt videodermatoskop. Jest to urządzenie pozwalające na dokładniejsze analizowanie podejrzanego znamienia. Przy wielokrotnym powiększeniu oraz doświadczeniu lekarza specjalisty możemy określić czy z danego znamienia może powstać niebezpieczny nowotwór. Ponadto urządzenie to może archiwizować dane a przy następnej kontroli porównywać czy obserwowane znamię się zmienia.
- ▶ Badanie jest bezbolesne i nieinwazyjne. Nie ma żadnych przeciwwskazań do tego badania.



W latach 2011-2020 przebadaliśmy **ponad 13 000 osób**. Z czego ponad 1000 wskazań do natychmiastowego wycięcia, 358 znamion do obserwacji. W 27 -stu przypadkach zdiagnozowano czerniaki. 95 przypadków - inne nowotwory skóry.

PROFILAKTYKA

najlepszym sposobem leczenia

- ▶ **JEDYNA GRUPA NOWOTWORÓW, KTÓRA NIE WYMAGA SKOMPLIKOWANYCH ENDOSKOPOWYCH OBRAZOWYCH BADAŃ DO ICH ROZPOZNANIA**
- ▶ **DOKŁADNE OGLĄDANIE CIAŁA, SAMOKONTROLA - USUWANIE PODEJRZANYCH ZMIAN MOŻE ZAPOBIEC TRAGEDII !!!**

Szukasz pomocy?



STOWARZYSZENIE
CHORYCH NA CZERNIAKA

KRS: 0000219057

► Stowarzyszenie Chorych na Czerniaka

ul. Retmańska 19 tel. (+48 61) 870 94 01
60-480 Poznań kom. 881 392 200

stowczerniak@gmail.com

<http://www.stowczerniak.pl/>



STOWARZYSZENIE CHORYCH NA CZERNIAKA

Dziękuję za uwagę!

Choroba nas nie dotyczy dopóki sami na nią nie zachorujemy.

POZnań*

Program sfinansowany ze środków
Urzędu Miasta Poznania