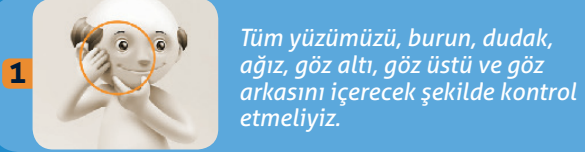


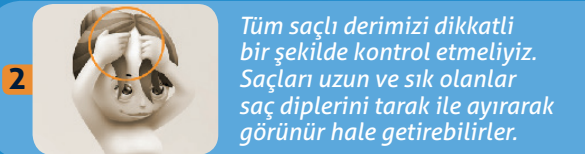
NASIL VE NEREYE BAKALIM

Derimizi herhangi bir leke veya şüpheli görünen değişim var mı diye ayda bir kontrol etmeliyiz.

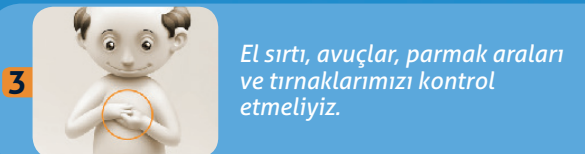
Tüm vücudumuzu, bir boy aynası önünde el aynası yardımıyla düzenli aralıklarla kontrol etmeliyiz.



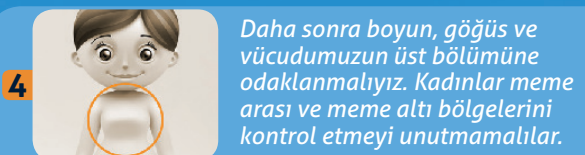
Tüm yüzümüzü, burun, dudak, ağız, göz altı, göz üstü ve göz arkasını içerecek şekilde kontrol etmeliyiz.



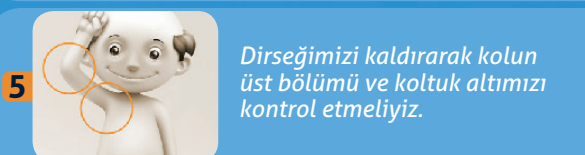
Tüm saçlı derimizi dikkatli bir şekilde kontrol etmeliyiz. Saçları uzun ve sık olanlar saç diplerini tarak ile ayırarak görünür hale getirebilirler.



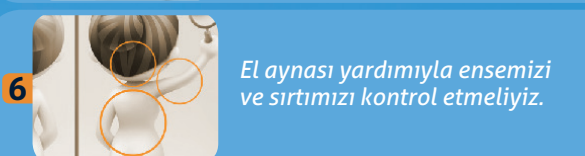
El sırtı, avuçlar, parmak araları ve tırnaklarımızı kontrol etmeliyiz.



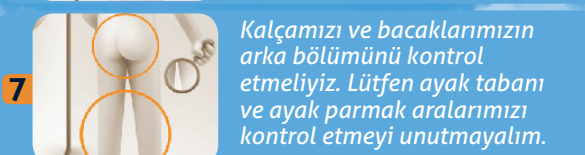
Daha sonra boyun, göğüs ve vücudumuzun üst bölümüne odaklanmalıyız. Kadınlar meme arası ve meme altı bölgelerini kontrol etmeyi unutmamalıdır.



Dirseğimizi kaldırarak kolun üst bölümü ve koltuk altımızı kontrol etmeliyiz.



El aynası yardımıyla ensemizi ve sırtımızı kontrol etmeliyiz.



Kalçamızı ve bacaklarımızın arka bölümünü kontrol etmeliyiz. Lütfen ayak tabanı ve ayak parmak aralarımızı kontrol etmeyi unutmayalım.

DERİ KANSERİNDE KİMLER RİSK ALTINDA?

Deri kanseri her yaştan herkeste görülebilir. 50 yaşın üzerindeki kişilerde veya güneş ile uzun süre karşılaşmış kişilerde daha sık görülür.

Yüksek risk grubu:

- Açık ten rengi, güneş yanığına eğilim
- Çocuklukta güneş yanığı geçirmek
- Güneş ile uzun süreli karşılaşma (çalışırken veya eğlenirken)
- Güneş ile aralıklı ve yoğun karşılaşma (örn. tatiller)
- 50'den fazla nevus (ben) olması
- Ailede cilt kanseri öyküsü
- 50 yaşın üzerinde olmak
- Organ nakli geçirmek

Yüksek risk grubunda olsakta olmasakta basit önlemlerle kendimizi ve ailemizi deri kanseri olmaktan koruyabiliriz. Yukarıda özetlenen risk faktörlerini bilerek ve kendimizi düzenli kontrol ederek şüpheli lezyonları erkenden tanıyabiliriz.

YA SONRA?

Deri kanseri tedavi edilebilir. Erken tanı ile deri kanseri yok edilebilir.

Şüpheli herhangi bir lezyon saptandığında, en kısa zamanda doktora özellikle Dermatolog'a (Deri ve Zührevi Hastalıklar Uzmanı'na) baş vurmalıyız.

Tedavi geciktiğinde çözüm zorlaşabilir, kalıcı hasarlar oluşabilir ve hayati tehlike oluşturabilir.

Altın kurallar:

- Görmezden gelme, kendiliğinden geçer zannetme
- "Nasıl olsa geçer" diye bekleme, kendi kendine hastalığı yönetme
- Ciddi değil diye düşünme
- Öncelikli değil diye erteleme
- Ve en önemlisi, Dermatolog'a (Deri ve Zührevi Hastalıklar Uzmanı'na) görünmekten korkma

Deri kanseri erken tanındığında tam olarak tedavi edilebilir. Şüpheli leke (ben), kabarıklık veya yara varsa Dermatolog'a (Deri ve Zührevi Hastalıklar Uzmanı'na) başvurmalıyız.

Deri kanseri hakkında daha fazla bilgi edinmek için aşağıdaki adresi ziyaret edebilirsiniz.

www.euromelanoma.org



Diğer sponsor

BIODERMA
LABORATOIRE DERMATOLOGIQUE

© Copyright 2016 Euromelanoma. All rights reserved.



GÜNEŞ IŞINLARI SADECE PLAJDA DEĞİL, SİZİNLE BERABER HER YERDE.

Deri kanserinden korunmanın ve tanınmanın yollarını www.euromelanoma.org adresinde bulabilirsiniz.

ANA SPONSOR

EAU THERMALE
Avène

DESTEKLEYENLER

EADO
European Association of
Dermatologists

EADV

GÜNEŞİN ZARARLI ETKİLERİNDEN KORUNMAK, DERİ KANSERİ RİSKİNİ AZALTAN ANAHTARDIR

Güneş ışınlarının sadece plajda değil her yerde olduğunu hatırlamalıyız. Ayrıca tehlikeli güneş ışınları (UV) dışarıısı sıcak olmasa da bize zarar verebilir.

DAİMA GÜNEŞTEN KORUN

Gereksiz maruziyetten kaçın

Mümkünse gölge aramalı ve gün ortasındaki yaz güneşinden kaçınmalıyız.

Koruyucu giysiler giy

Koyu renk, uzun kollu, geniş şapka, UV koruyucu güneş gözlüğü, çocuklar için mümkünse koruyucu kıyafetler bakabiliriz.

Güneş'den koruyucu kullan

Güneş koruyucunun UVA ve UVB'ye karşı yüksek koruma faktörlü olduğunu kontrol etmeliyiz. Güneş koruyucunun (krem, losyon vb.) uygulamadan yarım saat sonra etki göstermeye başladığını ve etkisinin 2-3 saat sürdüğünü unutmamalıyız.

En riskli grup güneşten koruyucu kullanmadan güneşe maruz kalan çocuklardır. Dışarıda oynamak önemli ancak asla çocuğumuzun güneşte yanmasına izin vermemeliyiz.

NEYE BAKALIM?

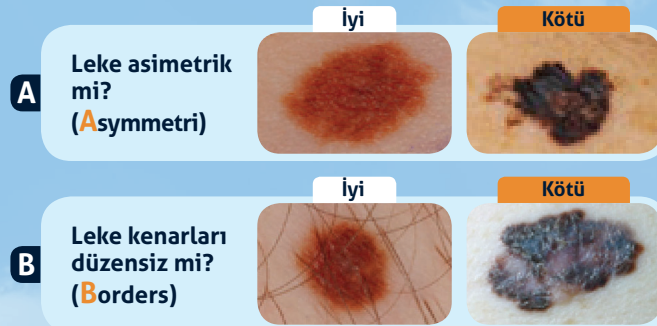
Derimizi lekeler (benler) için kontrol etmeliyiz:

- Büyüklük, renk ve/veya şekil değişimleri
- Diğerlerinden farklı leke (ben) (Çirkin Ördek Yavrusu işareti)
- Asimetrik veya düzensiz kenarlar
- Dokununca pürüklü ve pullu hissetmek (bazen lezyonu görmeden hissedebilirsiniz)
- Birden çok renk
- Kaşıntılı
- Kanama ve akıntı
- İnci gibi görünmesi
- İyileşmeyen yara

Bu işaretlerden 2 veya daha fazlasını görürsek hemen Dermatolog'a (Deri ve Zührevi Hastalıklar Uzmanı) başvuruyoruz.

Melanomun İşaretleri

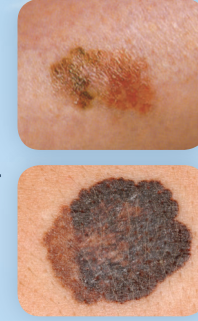
Melanom en ciddi deri kanseri türü olduğundan işaretlerini iyi tanımamız gerekir. Melanomu erken tanımak için ABCDE kuralları son derece yardımcıdır.



ŞÜPHELİ DERİ LEZYONLARININ 4 ANA TİPİ

1. MELANOM

Deri kanserleri için en az görülen ancak en tehlikeli olanıdır. Melanom karşımıza koyu pigmente leke, düzensiz kenarlı, farklı renkler içerebilen, hızla büyüyen, pembe veya kırmızı şişlik şeklinde çıkabilir. İç organlara yayılabilir. Bu nedenle acil tedavi gerektirir.



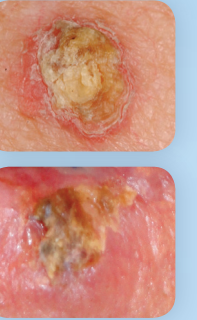
2. BAZAL HÜCRELİ KARSİNOM

Deri kanserlerinin en sık görülenidir. Tipik olarak deriden kabarıp, deri renginde, yüzeyi parlak kitle şeklinde ortaya çıkar. Kenarları inci tanesi gibi olup, yavaş büyüme gösterir. Yüzeyinde kabuk ve açık yara bulunabilir. Zamanla derinleşip, alttaki dokulara ilerleyebilir.



3. SKUAMÖZ HÜCRELİ KARSİNOM

Deri kanserleri içinde ikinci sıklıkta görülenidir. Güneşe açık olan (yüz, kafa derisi vb.) yerlerde görünür. Hızla büyüyen kabuklu veya açık yara bulunduran kabarıklık olarak karşımıza çıkar. Özellikle dudak, kulak veya parmak yerleşiminde ve bağışıklık sistemi baskı altında olanlarda hızla yayılabilir. Tedavide tümörün cerrahi olarak uzaklaştırılması gerekmektedir.



4. AKTİNİK KERATOZ

Orta yaş ve ileri yaş grubunda daha sık görülür. Güneşe açık alanlarda (yüz, boyun, kulak, el sırtı, kafa derisi) yerleşir. Kırmızı-kahverengi renkli, yüzeyi pürüklü, deriden hafif kabarıp olabilen belirtilerle kendisini gösterir. %10-15 olasılıkla gerçek deri kanseri olan Skuamöz hücreli karsinom'a dönüşebilir. Bu nedenle tedavi edilmelidir.

