

Czerniak

Cichy zabójca

Czerniak- co to takiego?

Czerniak jest nowotworem złośliwym najczęściej atakującym skórę, ale może również występować w obrębie błony śluzowej ust i nosa, a także na paznokciach i gałce ocznej.

Ten nowotwór wywodzi się z melanocytów, czyli komórek barwnikowych skóry wytwarzających pigment –melaninę. Barwnik ten sprawia, że skóra ciemnieje w kontakcie z promieniowaniem ultrafioletowym, np. słońcem lub lampami wykorzystywanymi w solariach.



Rodzaje czerniaka:

Czerniak szerzący się powierzchownie

Najczęstsza postać histologiczna. To typ czerniaka rosnącego najwolniej - najpierw następuje zwiększanie powierzchni, dopiero w następnej kolejności przyrost na grubość.



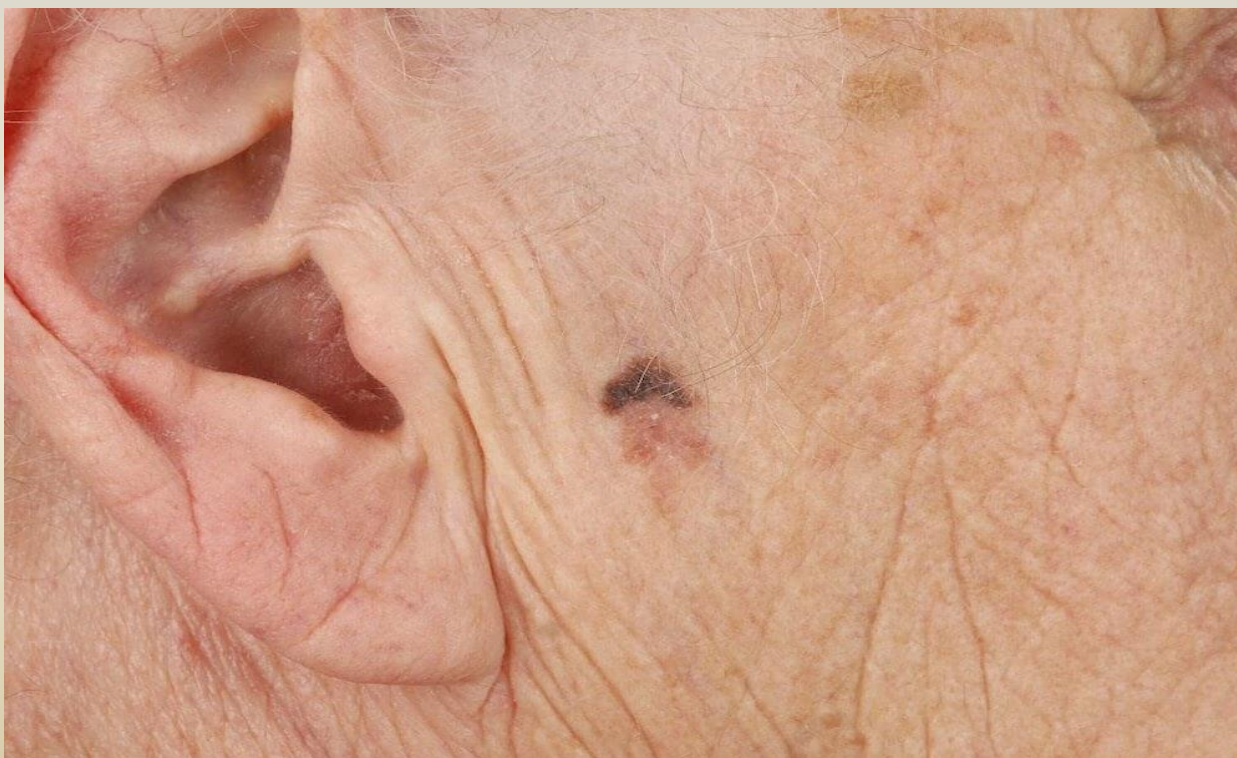
Czerniak guzkowy

To postać bardziej agresywna charakteryzująca się jednoczesnym przyrostem grubości i zwiększaniem powierzchni zmiany oraz szybkim dawaniem przerzutów.



Czerniak wywodzący się z plamy soczewicowatej

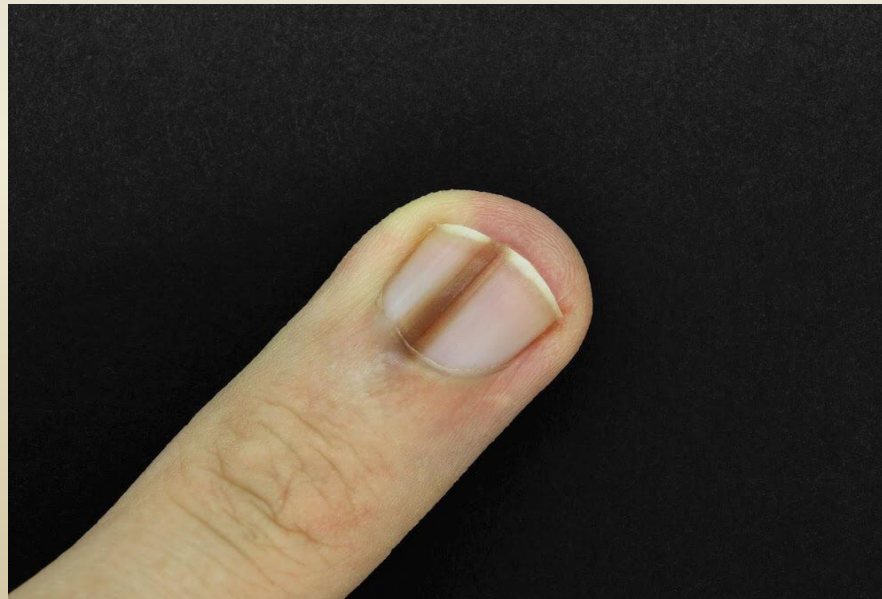
Jest to zwykle nieostro odgraniczona, płaska zmiana dość dużych wymiarów, rozwijająca się powoli.



Czerniak podpaznokciowo-kończynowy

Jest to zmiana o nieregularnym zabarwieniu, zwykle zniekształcająca płytkę paznokciową.

Czerniak podpaznokciowy zazwyczaj przybiera kształt czarnej pręgi, która biegnie wzdłuż paznokcia. Jednak może on przybierać dowolny kształty. Czarna lub brązowa plama pod paznokciem powiększa się i nie zmienia swojej pozycji wraz ze wzrostem paznokcia. Często zabarwiona na ciemny kolor zostaje również skóra wokół paznokcia.



Czerniak bezbarwnikowy.

Jedna z najrzadszych, ale też najcięższych postaci nowotworu.



Jak go rozpoznać?

Wczesnego rozpoznania czerniaka można dokonać samodzielnie, stosując **kryteria ABCDE czerniaka**:

- **A**symetria np. znamię "wylewające się" na jedną stronę;
- **B**rzegi nieregularne, nierównomierne, poszarpane, posiadające zgrubienia;
- **C**zerwony lub czarny i niejednolity kolor;
- **D**uży rozmiar, wielkość zmiany powyżej 0,5 cm;
- **E**wolucja, czyli postępujące zmiany zachodzące w znamieniu.

Występowanie więcej niż jednej z tych cech powinno skłonić nas do odwiedzenia dermatologa. Zaleca się wówczas wykonanie **badania dermatoskopem**, czyli specjalnym urządzeniem, które pozwala obejrzeć znamiona w powiększeniu.

Zaawansowana postać czerniaka może objawiać się swędzeniem, obrzękiem, a nawet krwawieniem. Jest to znak, że należy natychmiast udać się do lekarza.

Co wpływa na rozwój czerniaka?

Ryzyko zachorowania na czerniaka wzrasta głównie wśród osób, które reprezentują szczególny typ urody oraz u których w rodzinie występowały już przypadki czerniaka lub innych nowotworów skóry . Czynniki, które sprzyjają powstawaniu czerniaka, to:

- jasna karnacja;
- jasne oczy;
- rude lub blond włosy;
- piegi lub liczne znamiona i zmiany barwnikowe;
- niska tolerancja słońca i utrudnione opalanie;
- łatwość ulegania poparzeniom słonecznym;
- urazy skórne;
- blizny po stanach zapalnych i oparzeniach;
- zakażenie HPV.
- Najczęściej czerniak dotyka osób w średnim wieku i starszych.

Profilaktyka

- Unikanie przebywania na bardzo intensywnym słońcu, szczególnie w godzinach 11:00-16:00.
- Stosowanie kremów z wysokimi filtrami UVA oraz UVB na całe ciało.
- Noszenie okularów przeciwsłonecznych i nakrycia głowy.
- Całkowita rezygnacja z opalania się w solarium.
- Regularne (raz w miesiącu) oglądanie swojej skóry, aby szybko rozpoznać nowe i podejrzane zmiany.
- Skonsultowanie się z dermatologiem lub chirurgiem-onkologiem, jeśli istnieje podejrzenie, że coś niedobrego dzieje się ze znamieniem.
- Coroczne kontrolne wizyty u dermatologa lub chirurga-onkologa.

Źródła, z których korzystałam przy tworzeniu prezentacji:

- <https://www.medistore.com.pl/zdrowie/czerniak>
- <https://www.akademiaczerniaka.pl/o-czerniaku/podejrzone-znamie-co-robic/czerniak-rokowania-jak-rozpoznać>
- <https://lekarzebezkolejki.pl/blog/czerniaki-jak-rozpoznać-raka-skory/w-1065>
- <https://apteline.pl/artykuly/czerniak-objawy-rozpoznanie-czerniak-a-pieprzyk>

Dziękuję za uwagę

Lena Mikulska VI b.