

Καρκίνος του Δέρματος

Ο καρκίνος του δέρματος αποτελεί τον πιο συχνό τύπο καρκίνου. Είναι δε πολύ συχνός στις χώρες με αυξημένη ηλιακή ακτινοβολία, όπως είναι η Ελλάδα.

Παράγοντες Κινδύνου

Ο καρκίνος του δέρματος εμφανίζεται συχνότερα στην περιοχή του δέρματος που εκτίθεται στην ηλιακή ακτινοβολία. Μπορεί όμως να εμφανιστεί και σε σημεία του σώματος που δεν είναι εκτεθειμένα. Υπάρχουν τρεις τύποι καρκίνου του δέρματος: το βασικοκυτταρικό καρκίνωμα, το ακανθοκυτταρικό καρκίνωμα και το μελάνωμα, που αποτελεί και τον σοβαρότερο τύπο καρκίνου δέρματος. Και οι τρεις τύποι καρκίνου του δέρματος μπορεί να προληφθούν.

- Η υπερβολική έκθεση στον ήλιο. Η υπερβολική έκθεση στον ήλιο αυξάνει τον κίνδυνο εμφάνισης καρκίνου του δέρματος, ακόμη και αν το δέρμα είναι προστατευμένο με ρουχισμό ή αντιηλιακό γαλάκτωμα. Το μαύρισμα από την ηλιοθεραπεία είναι η απόκριση του δέρματος στη βλάβη από την υπερβολική ηλιακή ακτινοβολία.
- Το ανοιχτό χρώμα του δέρματος. Η μικρότερη ποσότητα μελανίνης στο δέρμα παρέχει μικρότερη προστασία από τη βλαβερή ηλιακή ακτινοβολία.
- Το ιστορικό ηλιακών εγκαυμάτων. Κάθε ηλιακό έγκαυμα καταστρέφει τα κύτταρα του δέρματος και αυξάνει τον κίνδυνο εμφάνισης καρκίνου του δέρματος.
- Οι δερματικοί σπίλοι (ελιές) στο δέρμα. Οι φυσιολογικές ή μη φυσιολογικές ελιές του δέρματος, που είναι μεγαλύτερου μεγέθους από το φυσιολογικό, είναι πιο πιθανό να μετατραπούν σε καρκινωμάτωδες.
- Οι προκαρκινωμάτωδες βλάβες του δέρματος.
- Το θετικό οικογενειακό ιστορικό.
- Το ατομικό ιστορικό καρκίνου του δέρματος.
- Το αποδυναμωμένο ανοσοποιητικό σύστημα.
- Το ευαίσθητο δέρμα, για παράδειγμα, μετά από έγκαυμα.
- Η έκθεση σε περιβαλλοντικούς παράγοντες κινδύνου, κυρίως χημικές ουσίες.
- Η μεγάλη ηλικία.

Σημεία και Συμπτώματα

Βασικοκυτταρικός καρκίνος

- Ένα οζίδιο με υφή κεριού ή μαργαριταριού στο πρόσωπο, τα αυτιά ή το λαιμό.
- Ένας επίπεδος σπίλος στο χρώμα του δέρματος ή μία ουλώδης βλάβη καφέ χρώματος στο στήθος ή στην πλάτη.

Ακανθοκυτταρικός καρκίνος

- Μια ακίνητη, κόκκινη σφαιρική μάζα στο πρόσωπο, στα χείλη, στα αυτιά, στους βραχίονες ή στα χέρια.
- Ένας επίπεδος σπίλος, με φοθιδωτή, σκληρή επιφάνεια στο πρόσωπο, στα αυτιά, στο λαιμό, στους βραχίονες ή στα χέρια.

Μελάνωμα

- Μια καφετί κηλίδα με μικρότερες κηλίδες σε οποιοδήποτε σημείο του σώματος.
- Ένας δερματικός σπίλος σε οποιοδήποτε σημείο του σώματος, που αλλιάζει χρώμα, μέγεθος, υφή ή που αιμορραγεί.
- Ένας μικρός σπίλος με ασαφή όρια και κόκκινα, λευκά, μπλέ ή μπλε-μαύρα στίγματα στον κορμό ή στα άκρα του σώματος.
- Ένα γυαλιστερό, ακίνητο οζίδιο με θολωτό σχήμα σε οποιοδήποτε σημείο του σώματος.
- Σκούρου χρώματος σπίλοι στις παλάμες, στο πέλλμα, στα δάχτυλα ή στους βλεννογόνους του στόματος, της μύτης, του κόλπου ή του πρωκτού.

Στρατηγικές Πρόληψης που Σχετίζονται με τον Τρόπο Ζωής

- Αποφύγετε την παρατεταμένη έκθεση στον ήλιο, κυρίως κατά τις πρωινές και μεσημεριανές ώρες.
- Χρησιμοποιείτε αντιηλιακό γαλάκτωμα. Κάνετε επάλειψη με αντιηλιακό γαλάκτωμα τουλάχιστον 20' με 30' πριν την έκθεση στην ηλιακή ακτινοβολία.
- Να φοράτε ρούχα που προστατεύουν το δέρμα. Τα αντιηλιακά γαλακτώματα δεν παρέχουν πλήρη προστασία από την ηλιακή ακτινοβολία.
- Ενημερωθείτε από τον γιατρό ή τον φαρμακοποιό σας για τις παρενέργειες των φαρμακευτικών σκευασμάτων που λαμβάνετε. Κάποια φαρμακευτικά σκευάσματα κάνουν το δέρμα πιο ευάλωτο στην ηλιακή ακτινοβολία.

Οδηγίες Δευτερογενούς Πρόληψης (Προ-συμπτωματικός Έλεγχος)

- Ελέγχετε το δέρμα σας τακτικά και απευθυνθείτε στο γιατρό σας για οποιαδήποτε αλλαγή παρατηρήσετε σε αυτό.
- Κλινική εξέταση δέρματος από γιατρό μετά την ηλικία των 50 ετών (κάθε 2 χρόνια), ενώ για τα άτομα με ανοιχτόχρωμο δέρμα κάθε χρόνο μετά την ηλικία των 40 ετών.