

# Czerniak- charakterystyka, czynniki ryzyka, profilaktyka

**Czerniak skóry jest nowotworem coraz częściej występującym w naszym społeczeństwie. Co roku odnotowuje się około 50 000 przypadków nowych zachorowań na nowotwory skóry. W tym około 2500-3000 stanowią zachorowania na czerniaki.**

Czerniak jest to nowotworem złośliwym skóry. Wywodzi się z komórek wytwarzających barwnik zwany melaniną, dzięki któremu nasza skóra po dłuższym kontakcie z promieniami słonecznymi ulega opaleniu. Najczęstszym jego punktem wyjścia są znamiona barwnikowe. Czerniak może pojawić się nie tylko na skórze, ale także w obrębie ust, nosa, gałek ocznych.

## **Czynniki ryzyka**

Do najbardziej charakterystycznych czynników powstawania czerniaka zalicza się:

- Ekspozycję na promienie słoneczne- czynnik dominujący
- Wiek- częstość występowania nowotworów najczęściej wzrasta z wiekiem
- Rogowacenie słoneczne – najczęstszy stan przedrakowy rozwijający się na skórze narażonej na nadmierną ekspozycję na promienie słoneczne
- Zakażenie wirusem brodawczaka ludzkiego (HPV)
- Blizny po oparzeniach lub przewlekłych stanach zapalnych

## **Profilaktyka - Jak rozpoznać czerniaka?**

Wczesne rozpoznanie zmian daje większą szansę na całkowite wyzdrowienie.

Jak samodzielnie rozpoznać czerniaka? Stosuje się do tego kryteria ABCDE:

- A- Asymetria (np. znamię „wylewające” się na jedną stronę)
- B- Brzegi poszarpane/ nierównomierne
- C- Czerwony lub Czarny
- D- Duży rozmiar (wielkość zmiany powyżej 6mm)
- E- Ewolucja (czyli zmiany zachodzące w znamieniu)

W związku z ciągłym wzrostem zachorowalności niezwykle ważna jest świadomość ludzi na temat tego nowotworu Zachęcamy do zapoznania się z zasadami się na poniższej infografice, która radzi jak chronić swoją skórę przed nowotworem skóry – czerniakiem.