

4

## Fiți responsabili!

### Reduceți riscul!

Cu toții avem nevoie de soare. Dar prea multe radiații ultraviolete (UV) de la soare sau expunerea la UV la solar reprezintă principala cauză a cancerului de piele, iar arsura solară crește riscul apariției a acestuia.

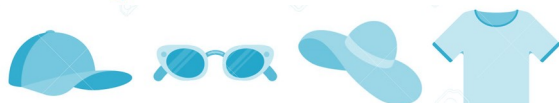


Razele UV ale soarelui sunt cele mai puternice între orele **10:00 și 16:00**, de la începutul lunii aprilie până la sfârșitul lunii septembrie.

### Când soarele este puternic:



Bucurați-vă de răcoarea umbrei.



pălărie, ochelari de soare, tricou.

Protejați-vă cu



Utilizați creme de protecție solară pe pielea neacoperită.

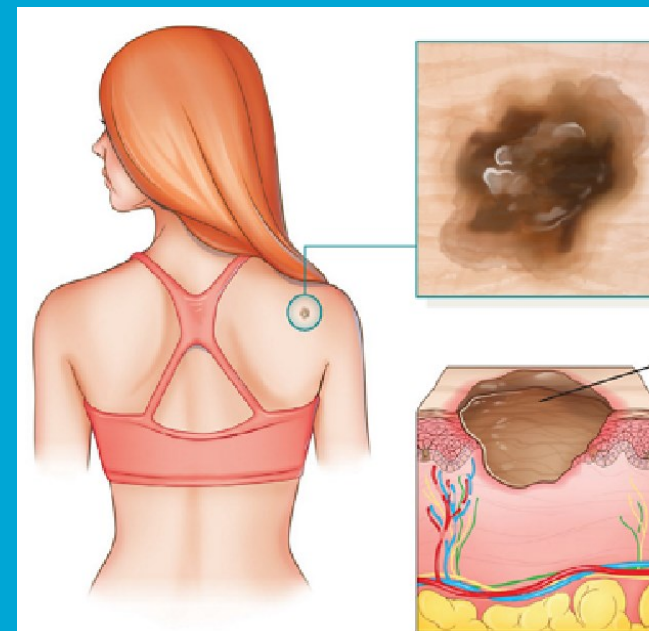
Material realizat în cadrul subprogramului de evaluare și promovare a sănătății și educație pentru sănătate al Ministerului Sănătății – pentru distribuție gratuită

# PROTECȚIA SOLARĂ – UN PAS IMPORTANT SPRE SĂNĂTATE!

August 2021

Material adresat populației generale

## DEPISTAȚI LA TIMP CANCERUL DE PIELE






Diagnosticul precoce salvează vieți!



DSP SIBIU

**2** Cancerul de piele este mult mai frecvent la persoanele de peste 50 de ani, dar poate afecta persoane de orice vârstă. Dacă observați pe piele ceva anormal sau care nu dispăre, adresați-vă medicului dumneavoastră!

## CLASIFICAREA CANCERELOR DE PIELE

CARCINOMUL BAZAL	CARCINOMUL SCUAMOS	MELANOMUL
<b>Rang 1</b> Cea mai frecventă formă de cancer de piele.	<b>Rang 2</b> A doua formă de cancer de piele ca frecvență.	<b>Rang 3</b> Reprezintă mai puțin de 2% dintre cancerurile de piele.
<b>Depistare</b>  Descoperit de obicei în zonele expuse la soare  Diseminează rar, foarte rar fatal.	<b>Depistare</b>  Uneori diseminează în alte părți ale corpului, dar aproape toate cazurile sunt curabile.	<b>Depistare</b>  Se poate dezvolta ca o nouă aluniță sau din una preexistentă.  Responsabil pentru cea mai mare mortalitate dintre cancerurile de piele.
<b>La cine</b>  Oricine –persoanele care au cel mai ridicat risc sunt cele cu pielea foarte deschisă, păr blond sau roșcat, ochi albaștri, verzi sau gri.	<b>La cine</b>  Apare rareori înaintea vârstei de 50 ani.	<b>La cine</b>  Unul dintre cele mai comune cancere la persoanele sub 30 de ani.

**Carcinoamele bazale și scuamoase** apar treptat și

- pot varia foarte mult ca aspect, de exemplu:
- O zonă persistentă de piele aspră, solzoasă, plată sau ridicată.
  - Un nodul sau ulcer de culoare roz sau roșie.
  - Un nodul care prezintă o creștere rapidă, durere sau sângerare.

Aceste tipuri de cancer de piele pot să apară oriunde pe corp, dar cel mai adesea pe zonele de piele care sunt cele mai expuse la soare, de exemplu în zona capului și a gâtului.

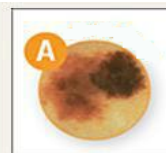
## Melanomul

Dintre cancerurile de piele, melanomul este responsabil pentru cea mai ridicată mortalitate.

**Nu ignorați o aluniță care crește, sângerează, prezintă cruste, este pruriginoasă (mănâncă) sau doare!**

**Regula „ABCDE”** vă ajută să analizați modificările alunițelor pe care să le aveți.

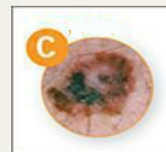
Spuneți medicului dumneavoastră dacă observați chiar și unul dintre aceste aspecte:



**A** **Asimetria** - cele două jumătăți ale aluniței nu arată la fel



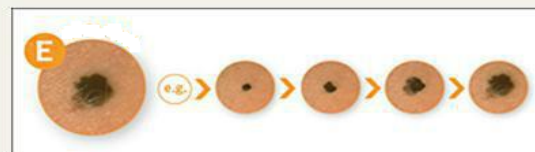
**B** **Bordura** - neregulată, neclară sau zimțată



**C** **Culoarea** - neomogenă, cu diferite nuanțe sau diferită de alte alunițe



**D** **Diametrul** - melanoamele sunt de obicei mai mari de 6 mm (dimensiunea unui creion cu radieră) la diagnostic, dar pot fi și mai mici



**E** **Evoluția** - o aluniță sau leziune cutanată care arată diferit de restul sau își schimbă mărimea, forma, culoarea.