

Środa z Profilaktyką - profilaktyka chorób skóry.  
Czerniak

**Środa z Profilaktyką - profilaktyka  
chorób skóry. Czerniak**

Data publikacji

**Tematem przewodnim ostatniej Środy z Profilaktyką organizowanej przez NFZ była profilaktyka chorób skóry - czerniak.**

- Co roku z powodu czerniaka umiera w Polsce około 1400 osób. W Polsce wykrywa się około 3500 nowych przypadków czerniaka rocznie.
- Zbyt późno zdiagnozowany czerniak jest wciąż przyczyną śmierci. Aby temu zapobiec, warto: regularnie badać się profilaktycznie, nie opalać się w solarium, unikać słońca od 11.00 do 16.00, stosować filtry UV, nosić czapkę i okulary przeciwsłoneczne, obserwować swoje znamiona i skórę co miesiąc, opalać się z głową!
- Czerniak to jeden z najbardziej złośliwych i najczęściej diagnozowanych chorób skóry. Jest nowotworem agresywny ponieważ szybko się rozwija, tworzy przerzuty i jest odporny na leczenie.
- Ryzyko zachorowania na czerniaka i inne nowotwory skóry rośnie jeżeli: masz jasną karnację i piegi, miałeś oparzenia słoneczne, przebywasz na pełnym słońcu powyżej jednej godziny dziennie, nie tolerujesz słońca, opalasz się z dużym trudem lub w ogóle, korzystasz z solarium, w Twojej rodzinie występowały przypadki czerniaka lub inne nowotwory skóry.
- Jak rozpoznać czerniaka: asymetryczny kształt, nieregularne brzegi, różnorodność kolorów, duży rozmiar, stopniowa ewaluacja zmiany.

[Więcej informacji.](#)

Źródło: <http://nfz-bydgoszcz.pl/artukul/197/3766/sroda-z-profilaktyka-profilaktyka-chorob-skory-czerniak>

Grafika: <https://pl.freepik.com/>

- [PDF](#)
- [Drukuj](#)
- [Share](#)

- [Więcej aktualności](#)
- [Archiwum aktualności](#)