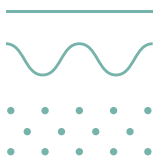


SSDV

derma.swiss

SGDV

PROTEGGIAMOCI DAI RAGGI UV



Société Suisse de Dermatologie et Vénérologie
Società Svizzera di Dermatologia e Venereologia
Swiss Society of Dermatology and Venereology
Schweizerische Gesellschaft für Dermatologie und Venerologie

GODETEVI IL SOLE IN MODO RAGIONEVOLE

Avete una sola pelle, trattatela con cura.

Evitare le radiazioni UV intense: questa è la migliore prevenzione del cancro della pelle.

Evitate le esposizioni non necessarie



Se possibile, cercate l'ombra ed evitate il sole di mezzogiorno in estate. Ricordate: il sole è ovunque, non solo in spiaggia. I raggi UV possono danneggiare la pelle anche quando fuori è nuvoloso o fresco.

Indossare indumenti protettivi



Indossate colori scuri, maniche lunghe, cappello a falde larghe e occhiali da sole con protezione UV. Per i bambini, cercate indumenti con protezione UV integrata.

Usate la protezione solare



La vostra crema di protezione solare deve avere un fattore di protezione elevato (almeno 30 SPF) contro i raggi UVA e UVB. Ricordate che l'effetto protettivo si esaurisce dopo 2 o 3 ore.

I bambini presentano il rischio più elevato di danni a lungo termine dovuti ai raggi UV. I bambini devono poter giocare all'aperto, ma non devono ustionarsi al sole in nessun caso.

PERICOLO CANCRO DELLA PELLE

Il cancro della pelle può colpire chiunque ed a qualsiasi età. È più frequente nelle persone anziane e in quelle che sono state frequentemente esposte al sole.

Chi è a rischio di sviluppare un tumore della pelle?

Lei è un soggetto a rischio se:

- ha la pelle chiara o prende facilmente «colpi di sole»
- ha subito ustioni da sole solari durante l'infanzia
- ha trascorso molto tempo al sole per lavoro o nel tempo libero
- si espone periodicamente intensamente al sole (es. vacanze)
- ha fatto uso o usa solarium regolarmente
- sulla sua pelle sono presenti ci sono più di 50 nei
- membri nella sua famiglia hanno avuto tumori della pelle
- ha più di 50 anni
- ha subito un trapianto d'organo

COME COMPORTARSI IN CASO DI SOSPETTO?

Il cancro della pelle che viene individuato e trattato in ritardo può avere gravi conseguenze: La cura diventa più costosa, le operazioni possono lasciare cicatrici più grandi e in alcuni casi i pazienti possono morire a causa del cancro della pelle. Non permettete che si arrivi a questo punto!

Le regole d'oro per una cura tempestiva



Osservare attentamente i cambiamenti.



Non sperate che i cambiamenti della pelle scompaiano.



Supponete che possa trattarsi di qualcosa di grave.



Non cercate di curarvi da soli.



E soprattutto: mostrarlo immediatamente al medico di famiglia o al dermatologo.

COME SI EFFETTUA UN CONTROLLO DELLA PELLE?

Controllate la pelle di tutto il corpo. Prestate particolare attenzione alle aree che sono o sono state frequentemente esposte al sole. Mettetevi davanti ad un grande specchio. Utilizzate uno specchio a mano per le aree che non potete vedere direttamente.

1	Controllate il viso, incluso il naso, le labbra, il cavo orale e le orecchie (davanti e dietro).	
2	Separate i capelli con un pettine e controllate il cuoio capelluto, soprattutto se avete pochi capelli.	
3	Controllate la parte dorsale e palmare delle mani e la zona tra le dita.	
4	Controllate il collo, il petto e, in generale, la parte superiore del tronco. Le donne controllino la zona tra i seni e sotto i seni.	
5	Alzate il braccio e osservate la parte posteriore del braccio e le ascelle.	
6	Usate quindi lo specchio piccolo per controllare la nuca e la schiena.	
7	Controllate le natiche, lo spazio tra le natiche e la parte posteriore delle gambe. Terminate controllando le piante dei piedi e la zona tra le dita.	

Individuare il cancro della pelle: cosa è sospetto?

Controllate la vostra pelle una volta al mese per verificare l'eventuale presenza di macchie che:

- hanno cambiato colore e/o forma
- sono diverse dalle altre chiazze, in particolare se sono asimmetriche o hanno bordi irregolari, se si sentono ruvide o desquamanti (spesso un cambiamento è palpabile piuttosto che visibile)
- Sono multicolori, pruriginose, sanguinanti o trasudanti, o lucide
- Appaiono come ferite, ma non cicatrizzano.

COME SI RICONOSCE UN MELANOMA?

L'ABCD del melanoma aiuta a individuarlo precocemente.

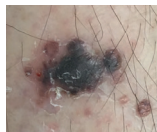
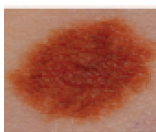
Macchia pigmentata
innocua

Macchia pigmentata
sospetta

Asimmetria

A

Forma regolare,
simmetrica

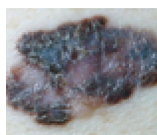
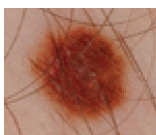


Forma irregolare,
non simmetrica

Bordi

B

Bordi regolari,
ben delineati



Bordi frastagliati
non ben delineati

Colore

C

Colorazione
omogenea

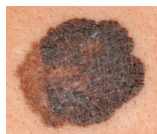


Colorazione non
omogenea, a chiazze

Dinamica

D

Non subisce
cambiamenti



Cambiamenti
(dimensione, colore,
forma, spessore)

CON IL GENTILE SOSTEGNO DI

Eucerin

EAU THERMALE
Avène

ultrasun
Professional Protection

MSD
INVENTING FOR LIFE

I QUATTRO TIPI DI CANCRO DELLA PELLE

Melanoma

È il tumore della pelle meno frequente, ma il più grave e pericoloso. Si presenta come una macchia che tende a diventare scura e/o che si allarga diventando irregolare nella forma e nel colore. Più raramente si presenta come un nodulo rossastro a rapida crescita. Il melanoma è rapidamente metastatizzante per cui deve venir eliminato al più presto possibile.

Carcinoma basocellulare

È il tipo di tumore della pelle più frequente, ma anche il meno pericoloso. Tipicamente si presenta come un nodulo in rilievo, incolore, spesso lucido o perlaceo. Evolve in seguito come ferita o ulcerazione, eventualmente crostosa, che non guarisce e tende ad allargarsi. Se non trattato, invade progressivamente i tessuti adiacenti.

Lo spinalioma (anche carcinoma squamocellulare)

È la seconda forma più comune di cancro della pelle e si verifica soprattutto nelle aree in cui la pelle è stata esposta molto al sole. Si presenta come un nodulo desquamante o verrucoso che cresce e può trasudare o sanguinare. A volte si diffonde molto rapidamente, soprattutto sulle labbra, sulle orecchie o sul dorso delle dita. Nei pazienti immunocompromessi, progredisce anche rapidamente. In assenza di trattamento, può formare focolai nei linfonodi o negli organi, ma ciò è raro.

Cheratosi attiniche

È una condizione precancerosa ed è più comune nelle persone di mezza età ed anziane. Si manifesta soprattutto sul dorso delle mani e sul viso, ma anche sul collo, sulle orecchie e sul cuoio capelluto. Si presenta come una macchia bruno-rossastra, desquamante e ruvida. Spesso sono presenti più lesioni cutanee precancerose. Si stima che il 10-15% delle cheratosi attiniche si trasformi in un spinalioma (carcinoma squamocellulare).

Il cancro della pelle può essere trattato bene se viene diagnosticato in uno stadio precoce.