**Меланома кожи** – это злокачественная опухоль кожи, развивающаяся, как правило, из клеток, образующих пигмент меланин (от греч.melas, melanos – темный, черный). В подавляющем большинстве случаев (свыше 70%) меланома развивается на месте врожденных или приобретенных пигментных образований – невусов (родимые пятна, родинки) и только у 28-30% — на неизменной коже.

**Причины и факторы риска развития меланомы**

Существует ряд причин, факторов риска, играющих значительную роль в возникновении и развитии меланомы кожи. К ним относятся:

* Солнечная радиация (ультрафиолетовые лучи), особенно для лиц, имеющих врожденные или приобретенные невусы.
* Ионизирующее излучение.
* Хронические раздражения кожи.
* Ожоги, обморожения.
* Химические, температурные или механические травмы невусов.
* Самолечение невусов.
* Нерадикально выполненные косметические вмешательства.
* Вирусная природа меланом.
* Состояние эндокринной функции организма. Половое созревание, беременность, климактерические перестройки в организме – считаются критическими периодами, при которых возрастает риск активизации и малигнизации (превращение нормальной клетки кожи в злокачественную) пигментных невусов.
* Семейный анамнез. Многие члены некоторых семей имеют диспластические невусы (развитие ткани нетипичным для данного органа образом). Такие лица относятся к категории с очень высоким риском заболеваемости меланомой и должны проходить обследование через каждые 3-6 месяцев. В эту же группу входят лица, перенесшие ранее меланому, а также их родственники.

**Уменьшить риск развития меланомы позволяет ряд несложных правил:**

* регулярный осмотр кожных покровов;
* обязательная защита кожи от воздействия ультрафиолетового излучения при большом числе пигментных или атипических меланоцитарных невусов;
* ограничение времени нахождения на открытом воздухе в солнечную погоду с 10 до 15 часов в летнее время;
* адекватное использование фотозащитных средств (головные уборы, солнцезащитные очки, одежда, солнцезащитные кремы);
* ограничение использования соляриев;

**Немедленное обращение к специалисту в случае:**

* изменение размеров, объема невуса;
* изменение формы, очертаний невуса;
* изменение цвета;
* воспаление;
* образование корки или кровоточивость;
* изменение ощущений, чувствительности;
* диаметр >7 мм.

Помните! «Безобидных» меланом не бывает. Это одна из самых злокачественных опухолей. И чем раньше она будет выявлена, тем больше шансов ее вылечить.

Врач-гигиенист

(зав. отделом гигиены)

Е.В. Масюк