

LA PREVENZIONE DEL MELANOMA

In che modo possiamo da soli valutare un neo pericoloso ?

Che cos'è un neo ?

Un neo, o neva, è una piccola macchia della pelle, abitualmente di colore marrone o nera, che compare generalmente dopo la nascita e che può, talvolta, trasformarsi in un tumore maligno (melanoma).

Che cos'è un melanoma ?

Un melanoma è un tumore maligno della pelle che può originare da un neo oppure che può comparire sulla cute sana, simulando, all'inizio, un neo.

Quando si deve far vedere un neo al dermatologo ?

-Quando un neo presente da molto tempo cambia forma o colore

-Quando un nuovo neo compare sulla pelle e cresce rapidamente

È necessario farsi visitare SEMPRE anche se il neo non dà fastidio, senza avere paura e senza rimandare ad un altro giorno.

È pericoloso togliere un neo ?

Assolutamente no! Anzi, può essere l'intervento che ti salva la vita!

Con la regola dell'A-B-C-D-E



A significa ASIMMETRIA:

tracciando una linea immaginaria, che sezioni il neo al centro le due metà non sono sovrapponibili.



B significa BORDO:

un neo sospetto può avere bordi frastagliati.



C significa COLORE:

un neo normale deve avere un colore uniforme, dal marrone chiaro al marrone scuro, mentre un neo sospetto può essere di colore nero o avere più colori (varie tonalità di marrone e coesistenza con colore rosso o blu).



D significa DIMENSIONE:

un neo deve essere fatto vedere al dermatologo quando è più grande di 0,6 cm.



E significa EVOLUZIONE - ETÀ

Evoluzione: il neo è in evidente progressione, sta cambiando la sua normale morfologia.

Età: di regola superiore ai 15 anni

Chi sono le persone più a rischio ?

- Le persone con capelli chiari e/o rossicci e con pelle e occhi chiari che si scottano con estrema facilità quando si espongono al sole.
- Tutti coloro che hanno un elevato numero di nei o di lentiggini solari.
- Chi ha, o ha avuto, in famiglia uno o più parenti affetti da tumori della pelle.

Come prevenire i tumori della pelle ?

- Ridurre l'esposizione al sole nelle ore centrali della giornata (dalle 11 alle 15) e indossare occhiali, copricapo e maglietta.
- Evitare le esposizioni eccessive e protratte al sole.
- Utilizzare creme ad alta protezione ed applicarle ogni due ore.
- Proteggere i neonati e i bambini dall'esposizione al sole a tutte le ore, utilizzando creme ad alta protezione ed applicandole ogni due ore.
- Evitare le scottature solari, soprattutto al di sotto dei 20 anni.
- Insegnate ai bambini e ai giovani l'importanza di una corretta esposizione al sole.
- Evitare l'uso di lampade U.V. e lettini abbronzanti.

Ricordati che i danni solari si accumulano nel tempo