

Identifier le cancer de la peau



Même s'il s'agit du plus grand organe de notre corps, et que c'est l'un des plus essentiels pour notre survie, nous ne sommes que trop peu à traiter notre peau avec l'amour, le soin et le respect qu'elle mérite.

Contusions, brûlures, cloques, notre peau porte le poids de tout cela. Et comment pouvons-nous réparer cela ? En cessant d'ignorer tous les symptômes et les signaux qu'elle nous envoie !

Les grains de beauté, les taches de rousseur et les taches de naissance pourraient ne pas sembler un gros problème, mais ils pourraient indiquer certains problèmes graves, comme le mélanome, la forme la plus dangereuse de cancer de la peau.

Selon la Skin Cancer Foundation, une personne meurt d'un mélanome toutes les 57 minutes. Et si vous avez eu plus de cinq coups de soleil dans votre vie, votre risque de développer un mélanome est plus que doublé.

Néanmoins, il existe des moyens de détecter les signes et les symptômes du cancer de la peau. Tout ce que vous devez faire, c'est apprendre la règle ABCDE, la méthode de référence en France qui permet de repérer des lésions suspectes de mélanome et d'inciter les patients à consulter un dermatologue.

L'exposition aux rayons ultraviolets du soleil est la principale cause de cancer de la peau.

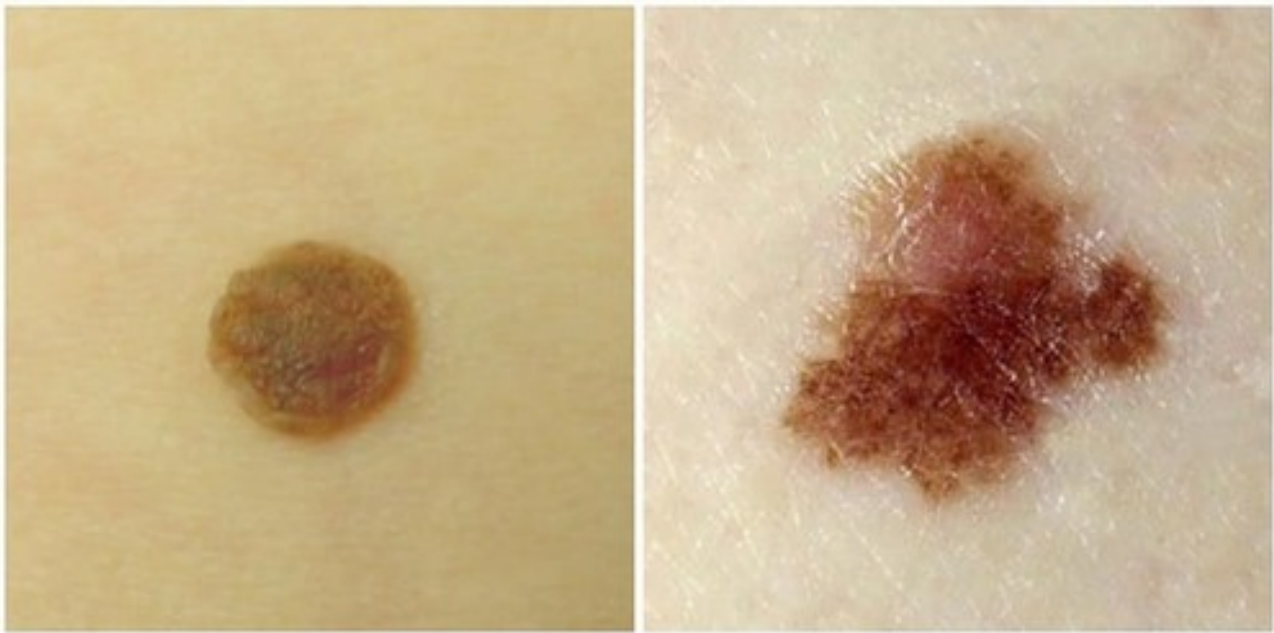
Les sources artificielles de radiations ultraviolettes (lampes solaires des salons de bronzage) sont également en cause. Les parties du corps couramment exposées au soleil sont les plus à risque (visage, cou, mains, bras). Cela dit, un cancer de la peau peut se former n'importe où. (source)

Que signifie la règle ABCDE ?

A pour Asymétrie : le grain de beauté est asymétrique

Un grain de beauté normal et bénin doit être très symétrique.

Les lésions d'un mélanome: la tache est généralement de forme irrégulière, donc un grain de beauté asymétrique doit être examiné par un médecin.



B pour Bord : le grain de beauté a des bords irréguliers

Les grains de beauté non cancéreux sont lisses. Leurs contours sont généralement clairement définis, et ils font une forme claire.

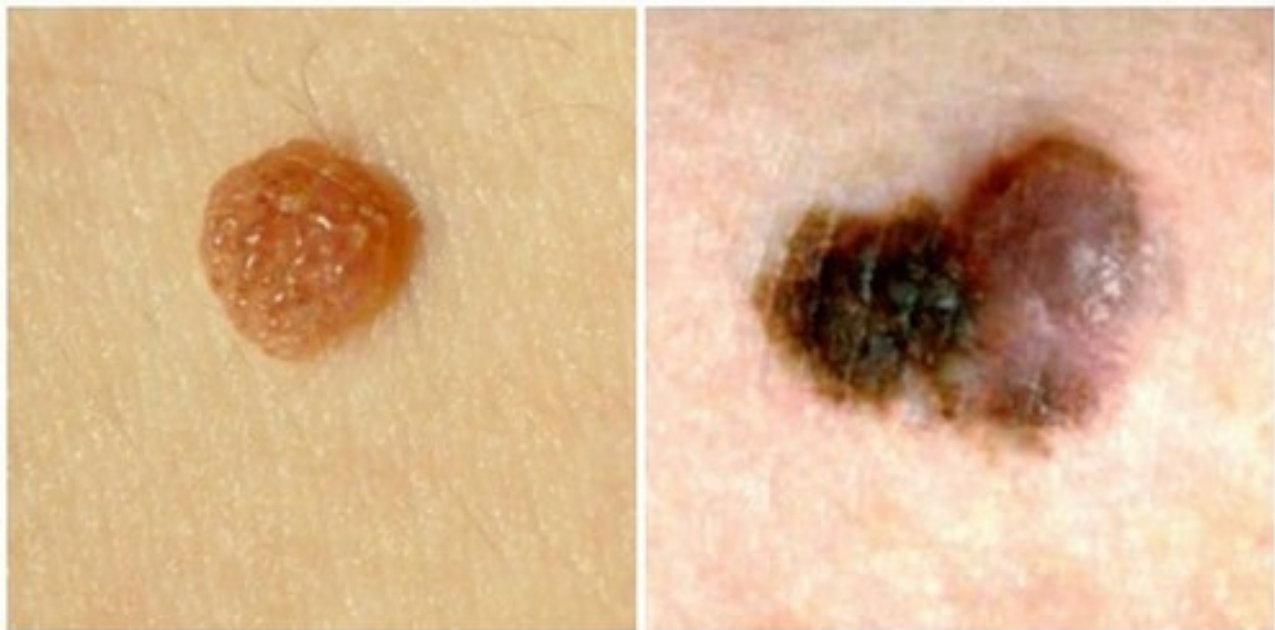
La lésion d'un mélanome a des bords inégaux et flous. Ils n'ont pas une forme claire. Ces grains de beauté peuvent être cancéreux et devraient être examinés.



C pour Couleur : le grain de beauté a une couleur qui n'est pas homogène

Un grain de beauté est généralement d'un seul ton ou brun. Sa couleur est uniforme et cohérente.

Les lésions d'un mélanome sont généralement identifiées par la présence de nombreuses couleurs et nuances. Une répartition inégale de la couleur peut être le signe d'une tache cancéreuse.



D pour Diamètre : le grain de beauté a un grand diamètre

Les grains de beauté bénins ne dépassent pas 6 mm de diamètre généralement.

Si vous avez un grain de beauté plus grand que cela, cela pourrait signifier une lésion d'un mélanome. Un médecin devrait l'examiner.



E pour Evolution : dernièrement, le ou les grains de beauté ont changé de taille, de couleur et de forme

Si vous avez remarqué qu'un grain de beauté a changé de forme, de couleur ou de taille, cela pourrait être le signe d'une lésion d'un mélanome



Voici quelques recommandations à respecter pour bien se protéger du soleil afin de limiter les risques au maximum:

Commencez par appliquer un écran solaire tous les jours – pas seulement lorsque vous êtes à la plage ou à la piscine. Assurez-vous que votre écran solaire soit d'au moins 15 SPF et qu'il protège contre les rayons UVA et UVB, car les deux sont très nocifs pour notre peau.

Éloignez-vous des cabines de bronzage, qui exposent les utilisateurs aux rayons UVA et UVB directs. Ils causent également un vieillissement prématuré et peuvent entraîner une maladie oculaire ou un cancer.

Examinez tout votre corps, pas seulement les endroits évidents. Bien que le mélanome apparaisse le plus souvent sur la peau exposée au soleil, il peut apparaître n'importe où. Regardez vos pieds, vos orteils, vos ongles et même vos endroits intimes.

Évitez l'exposition au soleil entre 12h et 16h et portez des lunettes et un chapeau.

Enfin, la meilleure façon d'éviter le cancer de la peau est de se faire examiner tous les ans par un dermatologue.

<http://sain-et-naturel.com/identifier-cancer-de-la-peau.html>