

Защитите себя от рака кожи и меланомы

Рак кожи – одно из самых распространенных онкологических заболеваний, развивается, как правило, на фоне предшествующих изменений кожи.

Меланома – агрессивное злокачественное образование, исходящее из меланоцитов (пигментных клеток) кожи.

ВОЗДЕЙСТВИЕ УЛЬТРАФИОЛЕТОВЫХ ЛУЧЕЙ СПОСОБНО СПРОВОЦИРОВАТЬ РАЗВИТИЕ РАКА КОЖИ И МЕЛАНОМЫ, ПОЭТОМУ:



Ограничьте время пребывания на открытом солнце, особенно в летнее время с 11.00 до 16.00



Носите солнцезащитные очки



Подбирайте солнцезащитное средство в соответствии с вашим типом кожи.
Рассчитывайте, как долго действует ваше солнцезащитное средство: умножьте число SPF (солнцезащитного фактора) на 15 минут. Результат покажет, сколько минут вы будете защищены от воздействия ультрафиолетовых лучей.
Наносите солнцезащитное средство после каждого купания



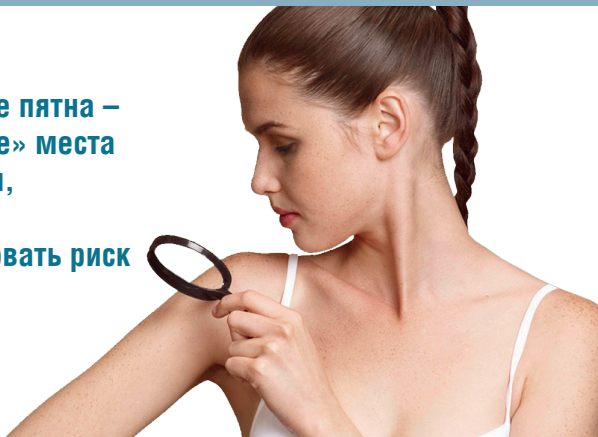
Планируя отдых на природе, у водоема, заранее позаботьтесь о тени (зонт, навес, палатка)





Откажитесь от посещения солярия

Загорайте без вреда для здоровья!

Родинки и пигментные пятна – это «слабые» места нашей кожи, способные спровоцировать риск развития меланомы, поэтому:



 Регулярно проводите самоосмотр кожи. При любом изменении внешнего вида родинки (размер, цвет, края и т.д.) немедленно обращайтесь к врачу

 Бережно относитесь к родинкам (особенно висящим), расположенным в травмоопасных местах: ладони, подошвы, область лица и волосистая часть головы.

Травма родинки – очень опасное явление, которое может стать первопричиной развития меланомы. Ни в коем случае нельзя срезать невусы, удалять из них волоски, брить места их расположения.

Здоровые родинки должны оставаться в неизменном виде.



Защитите себя от рака кожи и меланомы

Рак кожи – одно из самых распространенных онкологических заболеваний, развивается, как правило, на фоне предшествующих изменений кожи.

Меланома – агрессивное злокачественное образование, исходящее из меланоцитов (пигментных клеток) кожи.

ВОЗДЕЙСТВИЕ УЛЬТРАФИОЛЕТОВЫХ ЛУЧЕЙ СПОСОБНО СПРОВОЦИРОВАТЬ РАЗВИТИЕ РАКА КОЖИ И МЕЛАНОМЫ, ПОЭТОМУ:



Ограничьте время пребывания на открытом солнце, особенно в летнее время с 11.00 до 16.00



Носите солнцезащитные очки



Подбирайте солнцезащитное средство в соответствии с вашим типом кожи.
Рассчитывайте, как долго действует ваше солнцезащитное средство: умножьте число SPF (солнцезащитного фактора) на 15 минут. Результат покажет, сколько минут вы будете защищены от воздействия ультрафиолетовых лучей.
Наносите солнцезащитное средство после каждого купания



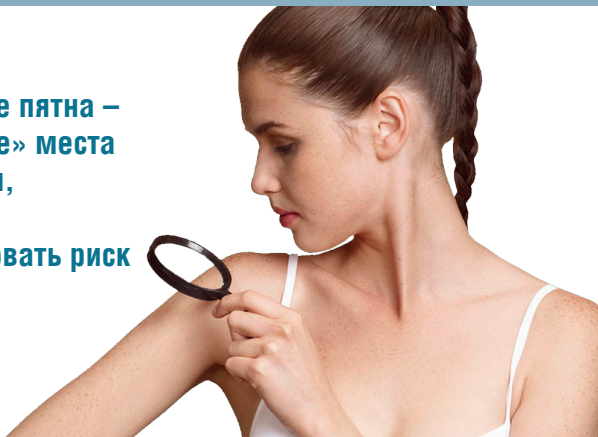
Планируя отдых на природе, у водоема, заранее позаботьтесь о тени (зонт, навес, палатка)



Откажитесь от посещения солярия

Загорайте без вреда для здоровья!

Родинки и пигментные пятна – это «слабые» места нашей кожи, способные спровоцировать риск развития меланомы, поэтому:



Регулярно проводите самоосмотр кожи. При любом изменении внешнего вида родинки (размер, цвет, края и т.д.) немедленно обращайтесь к врачу

Бережно относитесь к родинкам (особенно висящим), расположенным в травмоопасных местах: ладони, подошвы, область лица и волосистая часть головы.

Травма родинки – очень опасное явление, которое может стать первопричиной развития меланомы. Ни в коем случае нельзя срезать невусы, удалять из них волоски, брить места их расположения.

Здоровые родинки должны оставаться в неизменном виде.

