



Анна Довгополая, врач-дерматовенеролог, дерматоонколог, трихолог, косметолог, член УАДВ, член Ассоциации трихологов Украины, главный врач Авторской клиники красоты Ольги Довгополой

Анна Довгополая

РОДИНКИ НА ТЕЛЕ: НАСКОЛЬКО ОНИ ОПАСНЫ

Симпатичные отметины на теле, которые все называют родинками, испокон веков считались секретом дамского очарования. Но оказывается, что эта составляющая неповторимого женского шарма может обернуться для своей обладательницы серьезными проблемами со здоровьем

Конечно, само по себе наличие родинок на теле — ещё не повод для волнений. Просто для того, чтобы избежать возможных неприятных последствий, нужно внимательнее относиться к ним. А чтобы знать, чего именно следует опасаться, полезно познакомиться с этим явлением поближе.

Родинки, или, как мы часто называем эти новообразования, родимые пятна, — это зачастую врожденные или же приобретенные под различным воздействием (солнечным, химическим) или в период гормонального созревания пигментированные образования на коже. У таких образований есть официальное медицинское название — невусы. Обычно нет необходимости их лечить, но наблюдать за ними нужно обязательно.

Основные факторы, которые способствуют появлению родинок:

- Наследственность.
- Ультрафиолет. Длительное пребывание на солнце (особенно в поддень) стимулирует выработку меланина и, соответственно, родинок.
- Гормональный фон. Резкое изменение в выработке гормонов может приводить как к образованию, так и к исчезновению невусов. Основные жизненные периоды, когда риск высок: менопауза, беременность, подростковый возраст.
- Радиация, вирусы и травмы. Механическое воздействие на кожу также может быть причиной возникновения родинок.

Какая опасность скрывается под видом родинки?

Меланома — наиболее опасная форма рака кожи. Это раковая опухоль, которая возникает, когда повреждение

ДНК заставляет клетки кожи мутировать — часто из-за ультрафиолетового облучения от естественного солнечного света или искусственного загара. Симптомы начавшейся меланомы легко пропустить. Некоторые виды меланомы развиваются из существующих годами родинок, поэтому очень важно тщательно осматривать своё тело на регулярной основе — по крайней мере каждые три месяца.

Чтобы снизить риск перерождения родинок, нужно запомнить несколько простых правил пребывания на солнце:

- Лучше не находиться на солнце с 10 до 16 часов. В это время солнце очень активное, солнцезащитные кремы могут защитить от загара и ожога, но риск развития меланомы или рака кожи не снижается.
- Избегайте прямых солнечных лучей при наличии на теле большого количества родинок или родимых пятен. Защищайте днем кожу от солнца хлопковой или льняной одеждой, особенно кожу детей.
- Берегите детей до трёхлетнего возраста от прямых солнечных лучей! Даже если ребёнок находится в тени, наносите каждые 2 часа на его кожу солнцезащитный крем с SPF-фактором не менее 50. Не берите маленьких детей на отдых у моря.
- Не заклеивайте родинки пластырем при травматизации или в качестве защиты от ультрафиолетовых лучей. Это создаёт термический эффект и может навредить родинке. Если она находится в месте постоянного травмирования, трения или сдавливания, необходимо обратиться к врачу и обсудить целесообразность и возможность её удаления.
- Регулярно проверяйте себя, своих детей и близких на предмет изменения родинок или появления новых.

Как узнать, опасна ли ваша родинка?

Если вы пытаетесь выяснить всё о своих родинках, масса информации в Интернете, журналах и по телевизору может вас сбить с толку. Определить, является ли какая-то из них потенциально злокачественной, можно очень просто — достаточно знать так называемый алгоритм АККОРД.

А — асимметрия. Если условная ось делит родинку на две неравные половинки.

К — край. Если он становится неровным, рваным, с зазубринками.

К — кровотоочивость. Если родинка без предшествующей травмы вдруг начинает кровоточить.

О — окрас. Появление изменений цвета, вкраплений более тёмного или более светлого, исчезновение окраски могут свидетельствовать о перерождении.

Р — размер. Увеличение родинки в ширину или в высоту может быть опасным симптомом.

Д — динамика. Появление корочек, трещинок, выпадение волосков тоже будут напоминать об опасности.

Что такое дерматоскопия?

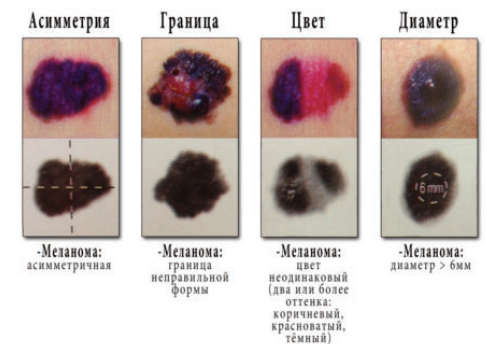
Дерматоскопия — это неинвазивный диагностический метод визуальной оценки поражения кожи, позволяющий более тщательно изучить как поверхность кожи, так и её более глубокие слои, а также достоверно определить природу кожного образования и установить степень опасности любого новообразования на самой ранней стадии. С помощью дерматоскопии грамотный специалист способен сделать вывод о степени безопасности кожного образования на основе данных о его форме и цвете. Сегодня, благодаря дерматоскопии, можно установить факт наличия меланомы и других злокачественных новообразований на самой ранней стадии, что значительно увеличивает шансы пациента на полное выздоровление.

Помимо диагностики заболеваний кожи данный метод применяют для:

- выявления эффективности назначенного лечения;
- выбора способа удаления новообразований;
- дифференцирования патологий кожи и волосистой части головы;
- диагностики заболеваний ногтей;
- наблюдения за состоянием невусов.

Когда нужно пройти дерматоскопию?

- При увеличении, уплотнении или изменении родинки в цвете.
- Перед предстоящим удалением любого кожного образования.
- При особо длительном ультрафиолетовом облучении (регулярным посетителям солярия).
- Лицам старше 50 лет.
- При наличии большого количества пигментных пятен и возвышающихся образований (родинок), особенно если



их диаметр превышает 0,5 см.

- Людям со светлыми волосами, светлой кожей и серыми, зелёными или голубыми глазами.
- При наличии трещин, воспалений, шелушения, зуда или покалывания в области родинки.
- Лицам с отягощённой наследственностью (если в семье были случаи заболевания раком кожи).

Своевременная диагностика родинок и удаление подозрительных новообразований помогут избежать их перерождения и сохранить жизнь. Если в родинке начались изменения — нужно немедленно обратиться к дерматологу или дерматоонкологу.

Будьте здоровы!
Искренне ваша,
Анна Довгополая



Киев, ул. Институтская, 16, офис 32
dr.annaderm@gmail.com
тел. (095) 096-30-06
Instagram: dr.dovgopola