Факторы риска развития меланомы кожи, методы профилактики и ранней диагностики

Презентация подготовлена при поддержке компании Новартис
в рамках проведения программы по осведомлению заболеваний

1268916/ONCO/11.19/PPT/1

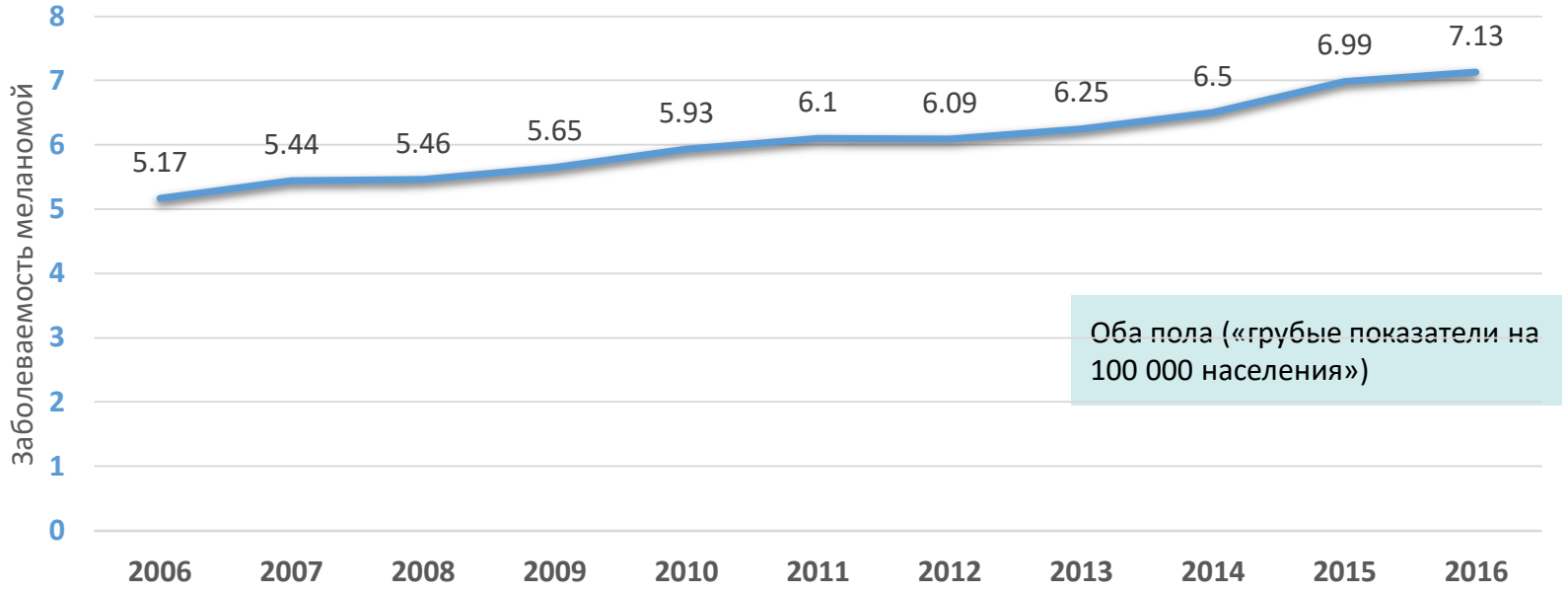
Меланома – что это?

Меланома

- Развивается при аномальном росте меланоцитов.
- Обычно возникает на туловище (чаще у мужчин), ногах (чаще у женщин), шее и лице.
- Может иметь и не кожную локализацию, например, в сосудистой оболочке глаза или слизистой ротовой полости.
- **Составляет < 2 %** всех случаев опухолей кожи, **но является наиболее агрессивной.**

American Cancer Society. Melanoma Skin Cancer. http://www.cancer.org/cancer/skincancer-melanoma/detailedguide. Дата обращения 26.02.19

В течение последних 10 лет в России отмечается стойкое увеличение показателей заболеваемости меланомой кожи!



- В РФ чаще болеют женщины
- 57% пациентов с меланомой младше 65 лет

Злокачественные новообразования в России в 2016 году (заболеваемость и смертность) под ред. А.Д.Каприна, В.В. Старинского, Г.В. Петровой

Факторы развития меланомы

- **Лица с I-II фототипами кожи** (кельтский тип: блондины, рыжие с веснушками с серо-голубыми глазами)

Глаза – голубые
Волосы – белые
Кожа – светлая (европейцы)

Загорать не рекомендуется, но если отдых у моря неизбежен, то лучше выбрать максимальную «защиту, например, SPF-60

Глаза – карие, серые
Волосы – рыжие
Кожа – светлая (европейцы)

Риск сгореть есть, но если в первые несколько дней использовать солнцезащитный крем с максимальной защитой, то после появления загара защиту можно ослабить, например, до **SPF-20**

Глаза – карие
Волосы – темно-русые, каштановые
Кожа – светлая (европейцы)

Люди этого типа свободно загорают. Но для защиты от ожогов в первые дни лучше пользоваться кремом с максимальной защитой, а после появления загара перейти на индекс **SPF-15**

Глаза – темные
Волосы – темные (брюнеты)
Кожа – смуглая (азиаты, индийцы, кавказцы)

Загорают равномерно. Но использование солнцезащитного крема для профилактики и дополнительного увлажнения кожи будет нелишним. Рекомендуемый уровень защиты **SPF-6**

Глаза – темные
Волосы – темные
Кожа – очень смуглая (креолы, мулаты)

Можно воспользовался кремом от загара (минимальным уровнем защиты. Кожа этих людей сама по себе уже защищена, и поэтому никогда не обгорает

Глаза – темные
Волосы – темные
Кожа – очень темная чернокожие африканцы)

Лучше просто использовать увлажняющий крем

https://www.skincancer.org/prevention/are-you-at-risk/skin-types-and-at-risk-groups Дата обращения 27.02.19

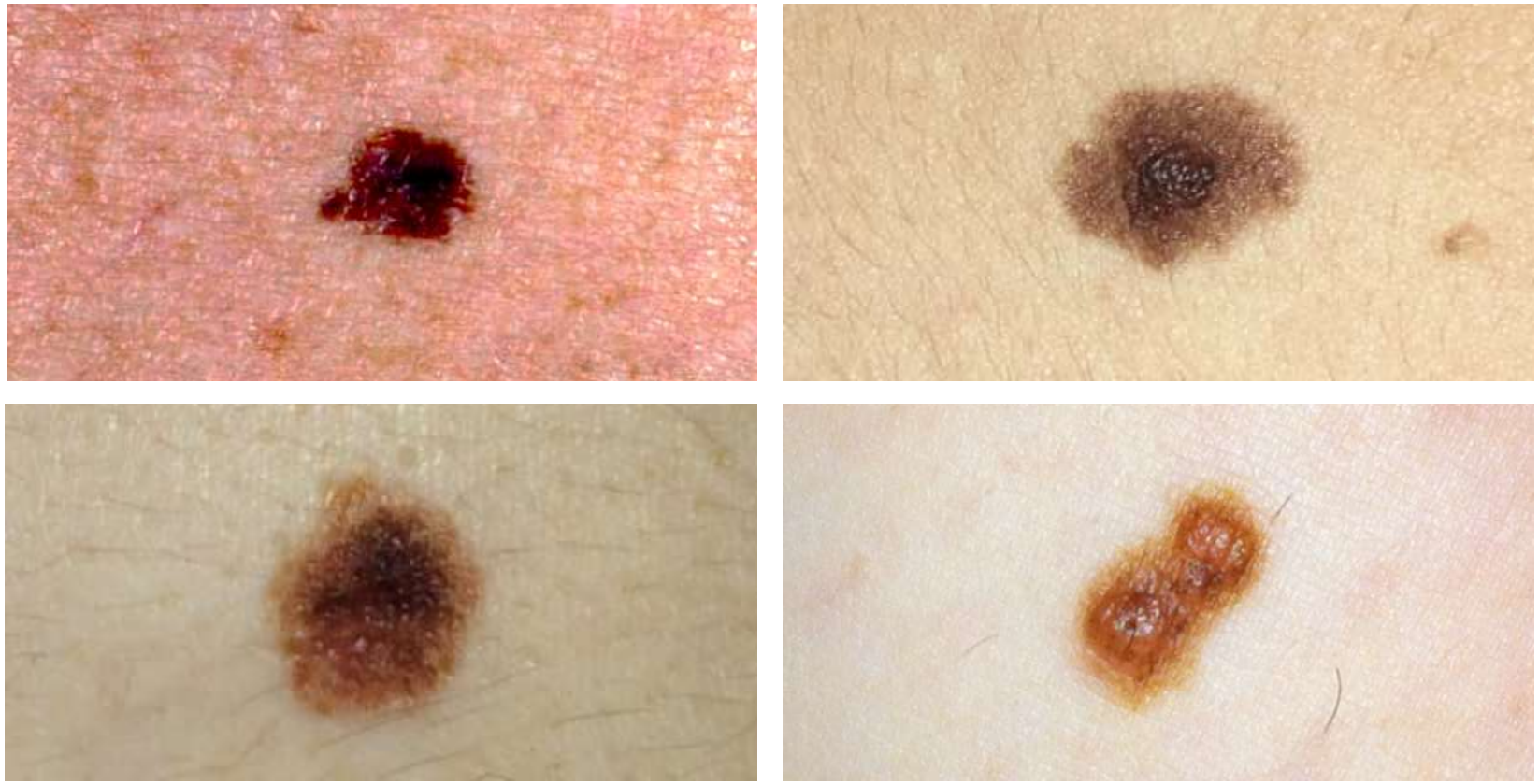
Факторы риска развития меланомы

- **Повышенная инсоляция** (длительное воздействие ультрафиолета, солнечные ожоги в анамнезе)
- **Хроническая длительная травма невуса (родинки)**
- **Наследственность:** случаи меланомы у родственников (мутация в хромосоме 9p21), семейный синдром множественных диспластических невусов
- **Гигантский врожденный невус (1 на 20 тыс. новорожденных)**
- **Диспластический невус кожи** более 5 (до 60 %)
- **Количество невусов (> 100)** и размер **(> 5 мм)** меланоцитарных невусов

Elwood, H. Koh и соавт. Curr Opin Oncol. 1994 Mar;6(2):179-87.

Viana et al, An Bras Dermatol. 2013 Nov-Dec; 88(6): 863–878.

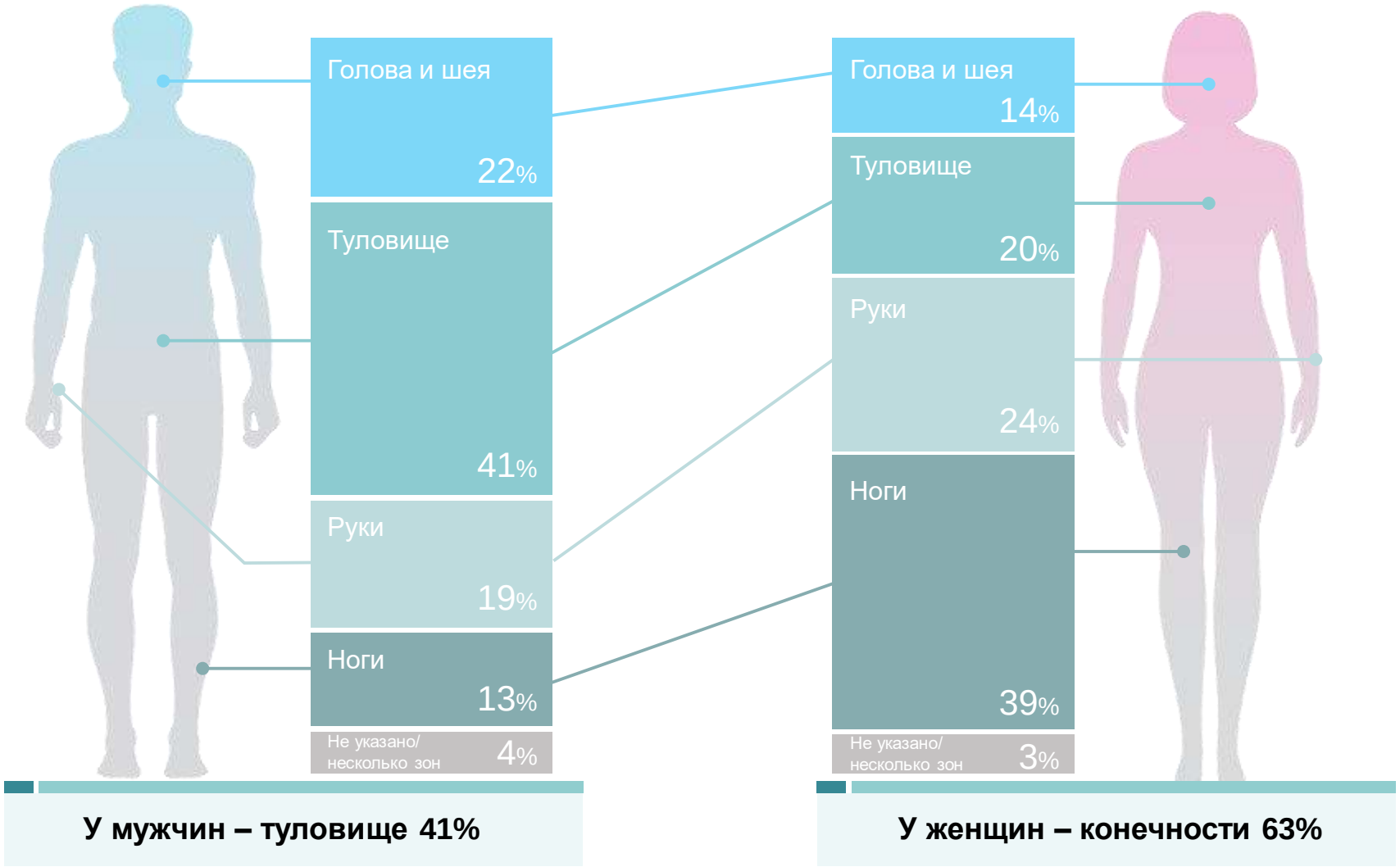
Диспластический невус (ДН) (до 60%)



- **1 ДН – ↑ риска в 1,45 раз**
- **5 ДН – ↑ риска в 6 раз.**
- **ДН ↑ риск развития множественных первичных меланом.**

Elwood, H. Koh и соавт. Curr Opin Oncol. 1994 Mar;6(2):179-87.

Локализация меланомы зависит от пола



У мужчин – туловище 41%

У женщин – конечности 63%

http://www.ons.gov.uk/ons/search/index.html?newquery=cancer+registration

Методы диагностики

- Визуальный **осмотр** кожного покрова и **физикальное обследование** опухоли и зон метастазирования (**Клинические признаки** ABCDE)

- **Неинвазивные**: дерматоскопия

- **Инвазивные**: биопсия

В отдельных случаях может быть необходимо провести МРТ головного мозга (магнитно-резонансная томография), ПЭТ (позитронно-эмиссионная томография)

Принцип ABCD

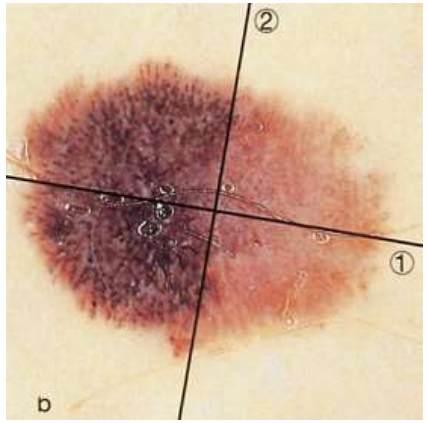
Признак		Количество баллов
Асимметрия (A)	В одном, двух направлениях или отсутствует	0-2
Граница (B)	Четкая граница пигментной структуры в 0 – 8 сегментах	0-8
Цвет (C)	Различные цвета (белый, красный, бежевый, коричневый, серо-голубой, черный)	1-6
Структура (D)	Сетка, расплывчатые пятна, точки, глобулы, полосы	1-5

Полуколичественная система баллов включает оценку параметров асимметрии, границ, цвета и структуры. Максимальный индекс для асимметрии составляет 2 балла, для границ — 8, для цвета — 6, а для структурных — 5 баллов.

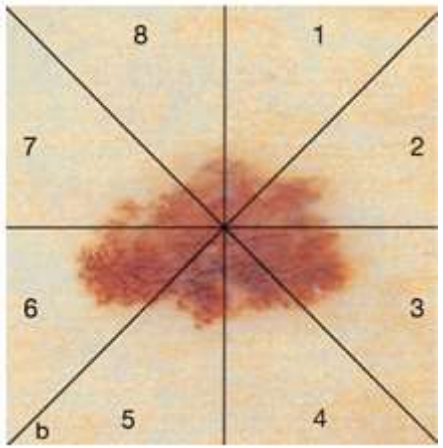
«Дерматоскопия в клинической практике»
Руководство для врачей под редакцией Н.Н. Потекаева Москва 2011

Принцип ABCD

Ассиметрия



Граница

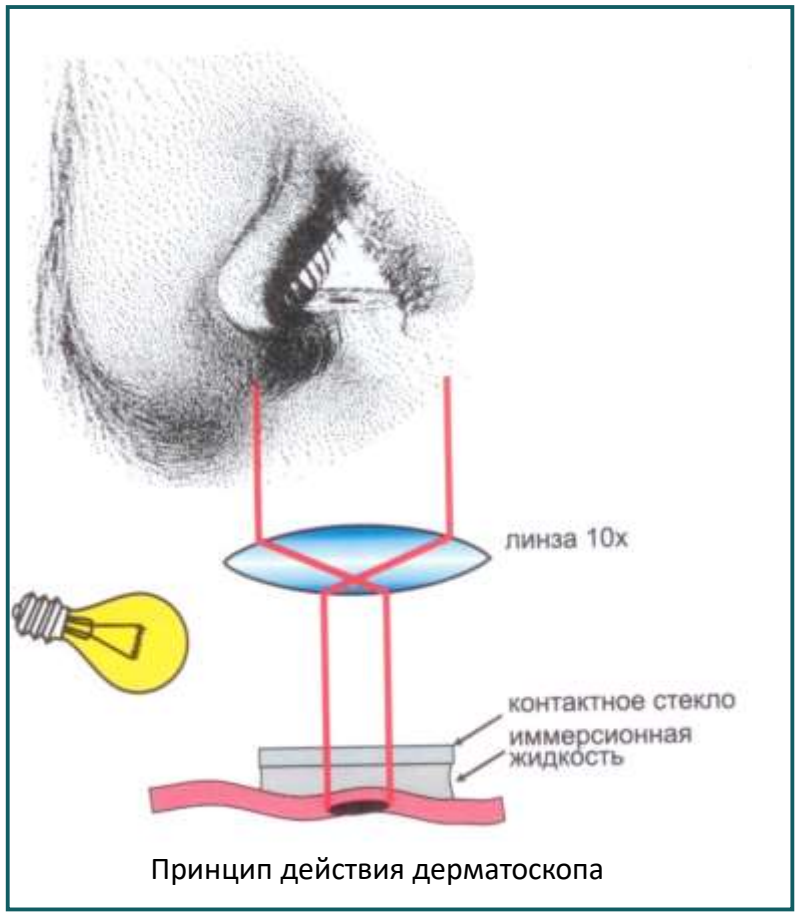


Цвет

Структура

«Дерматоскопия в клинической практике»
Руководство для врачей под редакцией Н.Н. Потекаева Москва 2011

Дерматоскопия



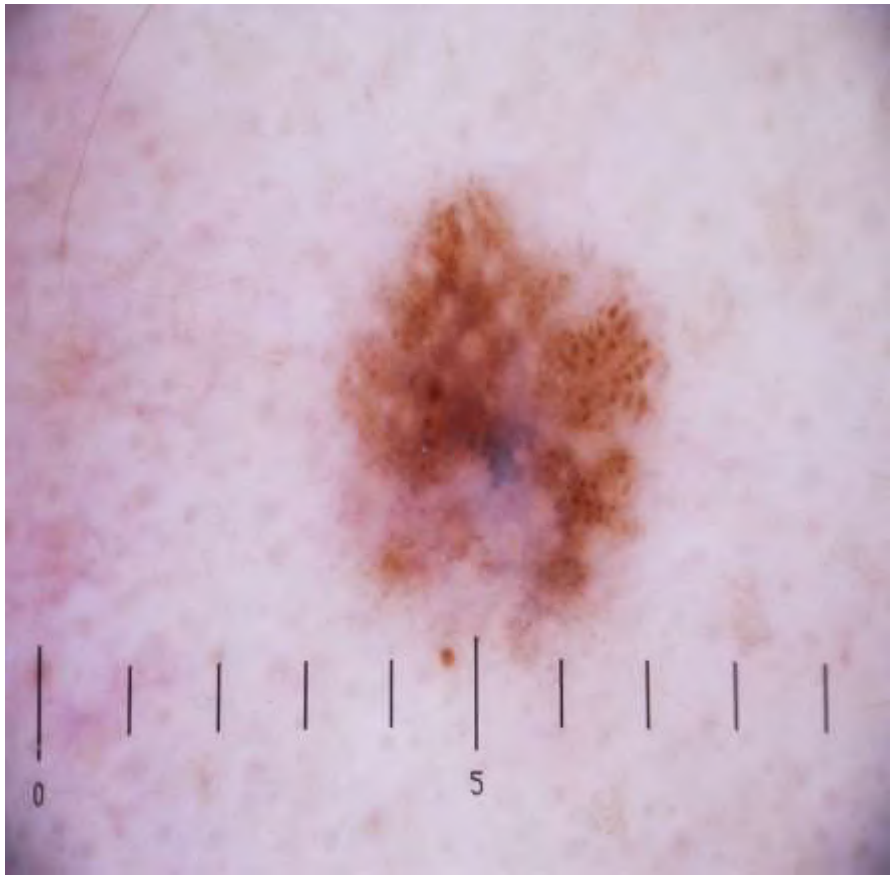
Принцип действия дерматоскопа

Романова О.А. и др., Клиническая дерматология и венерология. 2015;14(2): 92-97

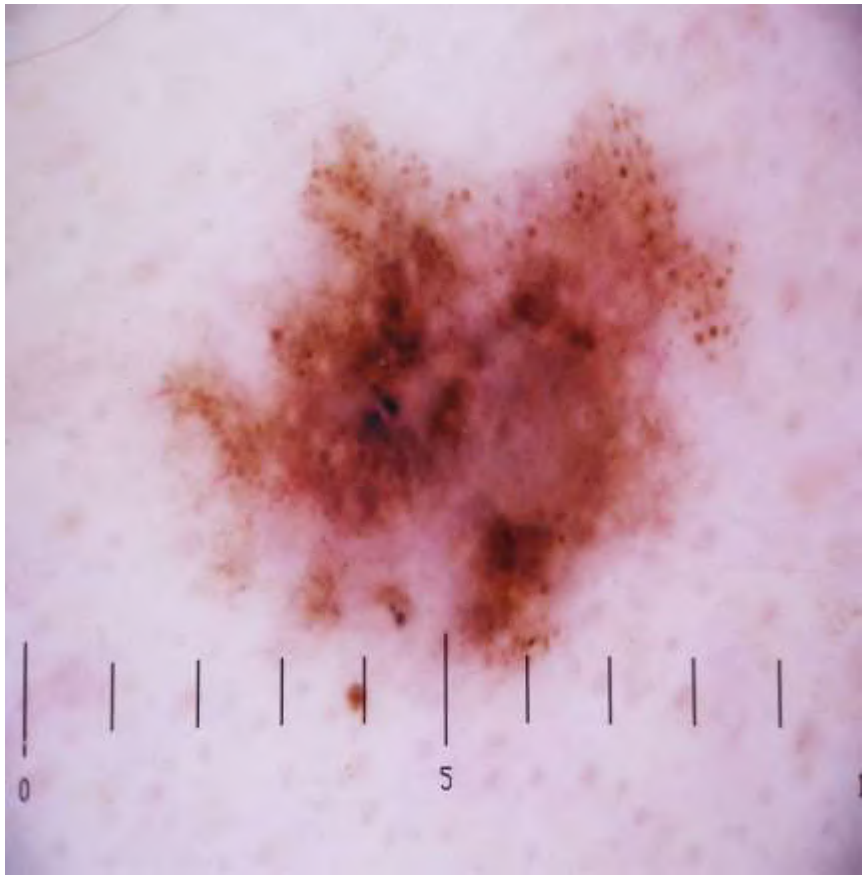
Дерматоскопия

Романова О.А. и др., Клиническая дерматология и венерология. 2015;14(2): 92-97

Дерматоскопия – наблюдение пигментных образований в динамике



Первичное обращение



Контрольный осмотр, через 1 год

Романова О.А. и др., Клиническая дерматология и венерология. 2015;14(2): 92-97

Последствия ультрафиолетового (УФ) излучения для здоровья

УФ-излучение в небольших дозах полезно для людей и крайне необходимо для выработки витамина Д.
УФ-излучение также используется для лечения некоторых болезней, таких как рахит, псориаз, экзема и желтуха. Но такое лечение должно проходить под медицинским наблюдением, принимая в расчет возможную пользу от лечения и риск от воздействия ультрафиолетового излучения.

https://www.who.int/uv/health/ru/

Последствия ультрафиолетового (УФ) излучения для здоровья

Длительное воздействие на человека солнечного УФ-излучения может привести к острым и хроническим последствиям для здоровья – для кожи, глаз и иммунной системы.

Солнечный ожог, или эритема – это наиболее хорошо известное острое последствие чрезмерного воздействия УФ-излучения.

При очень длительном воздействии УФ-излучение вызывает дегенеративные изменения клеток кожи, фиброзной ткани и кровеносных сосудах.

Это приводит к преждевременному старению кожи, фотодерматозам и актиническому кератозу. Еще одно долговременное неблагоприятное последствие – это воспалительная реакция глаз.

В самых серьезных случаях может развиться рак кожи и катаракта.

Ежегодно диагностируется примерно от 2 до 3 миллионов случаев немеланомных раковых заболеваний кожи (например, базальноклеточная и плоскоклеточная карцинома), но эти виды раковых заболеваний редко приводят к летальному исходу, а хирургическое вмешательство в этих случаях оказывается успешным.

Ежегодно в мире регистрируется примерно 130 000 случаев заболеваний злокачественной меланомой, в результате которых значительно повышается уровень смертности среди групп населения со светлым типом кожи. Согласно оценкам, ежегодно происходит 66 000 случаев смерти от меланомы и других разновидностей рака кожи.

https://www.who.int/uv/health/ru/

Рекомендации Всемирной Организации Здравоохранения по защите от солнца

Всемирная организация здравоохранения

Рост заболеваемости раком кожи в последние десятилетия в значительной мере обусловлен воздействием УФ-излучения во время все более популярных занятий активным отдыхом и развлечений на свежем воздухе.

Общепризнанным считается тот факт, что чрезмерное воздействие солнечных лучей является первопричиной пагубных последствий для кожи, глаз и иммунной системы.

По мнению экспертов, четыре из пяти случаев заболевания раком кожи можно было бы предупредить, поскольку вред от УФ-излучения, по большей части, можно предотвратить

Простые меры защиты

Если следовать простым мерам предосторожности, перечисленным ниже, то можно существенно изменить ситуацию.

Наилучшую защиту обеспечивают тень, одежда и головной убор, а на открытые части тела, такие как лицо и руки, необходимо наносить солнцезащитный крем.

Но использование солнцезащитных средств никогда не должно быть основанием для продления пребывания на солнце.

https://www.who.int/uv/sun_protection/ru/

Простые меры защиты от солнца

Ограничивайте время пребывания на полуденном солнце
Ультрафиолетовое излучение солнца наиболее интенсивно с 10 часов утра до 4 часов дня. По возможности ограничьте пребывание на солнце в эти часы

Следите за УФ-индексом
Этот важный показатель поможет вам спланировать свою деятельность на свежем воздухе так, чтобы предотвратить чрезмерное пребывание под лучами солнца. Вы всегда должны принимать меры предосторожности против чрезмерного воздействия УФ-лучей, но уделяйте особое внимание мерам защиты от солнца даже при умеренном значении УФ-индекса и при значении, чуть выше умеренного

Проявляйте благоразумие, пользйтесь тенью
Стремитесь находиться в тени в то время, когда ультрафиолетовые лучи наиболее интенсивны, но имейте в виду, что тень от деревьев, зонтиков, тентов и т.п. не обеспечивает полную защиту от солнца. Помните про "правило тени": "Следите за своей тенью: если она короткая, немедленно прячьтесь от солнца!"

https://www.who.int/uv/sun_protection/ru/

Простые меры защиты от солнца

Носите солнцезащитную одежду
Широкополая шляпа обеспечивает надежную защиту от солнца для глаз, ушей, лица и задней части шеи. Солнечные очки, обеспечивающие защиту от УФ-А и УФ-Б лучей на 99% - 100%, в значительной мере уменьшают вредное воздействие солнца на глаза. Плотная и просторная одежда, закрывающая как можно большую поверхность тела, обеспечивает дополнительную защиту от солнца

Используйте солнцезащитный крем
Обильно наносите солнцезащитный крем широкого спектра с фактором защиты 15+ на открытые участки кожи через каждые два часа или после работы, купания, игр или упражнений на свежем воздухе.

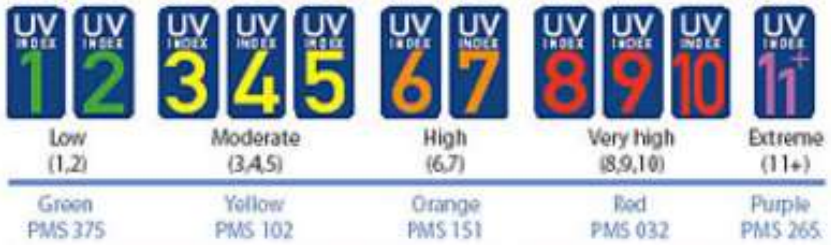
Не пользуйтесь оборудованием и лампами для искусственного загара
Оборудование для искусственного загара оказывает вредное воздействие на кожу и наносит вред незащищенным глазам. Его использование лучше полностью исключить.

https://www.who.int/uv/sun_protection/ru/

УФ-индекс

УФ-индекс – это показатель, характеризующий уровень ультрафиолетового излучения

УФ-индекс принимает значения от нуля и выше. При этом, чем больше значение УФ-индекса, тем выше потенциальная опасность для кожи и глаз человека, и тем меньше время, требуемое для причинения вреда здоровью



УФ-индекс является важным средством предупреждения населения о необходимости применения солнцезащитных средств. Заметный рост заболеваемости раком кожи людей со светлой кожей во всем мире в значительной степени связывают с чрезмерным воздействием солнечного УФ-излучения и, что вполне вероятно, с воздействием искусственных источников излучения, например оборудования для загара. Нынешний уровень заболеваемости указывает на то, что индивидуальные привычки людей в отношении пребывания на солнце и есть самый серьезный личный фактор риска неблагоприятных последствий от УФ-излучения.

https://www.who.int/uv/intersunprogramme/activities/uv_index/ru/

Информация для населения

Уровни ультрафиолетового излучения и, следовательно, значения УФ-индекса различны в течение суток. Обычно указывается максимальное значение ультрафиолетового излучения в определенный день, наблюдаемое в 4-часовой период в районе солнечного полудня. В зависимости от географического местоположения, а также с учетом перехода с летнего времени на зимнее и наоборот (с целью наиболее эффективного использования светлого времени суток), солнечный полдень длится с 12 часов до 14 часов дня. В СМИ обычно сообщается прогноз максимального УФИ на предстоящий день

УФ-индекс	Меры защиты
0 — 2	Защита не нужна. Пребывание вне помещения не представляет опасности.
3 — 7	Необходима защита. В полуденные часы оставайтесь в тени. Носите одежду с длинными рукавами и шляпу. Пользуйтесь солнцезащитным кремом.
8	Необходима усиленная защита. Полуденные часы пережидайте внутри помещения. Вне помещения оставайтесь в тени. Обязательно носите одежду с длинными рукавами, шляпу, пользуйтесь солнцезащитным кремом.

Даже для людей с очень чувствительной светлой кожей риск причинения кратковременного и долговременного вреда здоровью минимален при значениях УФ-индекса ниже 2, и при нормальных обстоятельствах применение защитных средств не требуется. Если защита необходима, то она должна включать использование всех способов защиты от солнца, то есть правильную одежду, очки, кремы и навесы от солнца.

https://www.who.int/uv/intersunprogramme/activities/uv_index/ru/

УФ-индекс в разных странах мира

Страна (город)	.	Я	Ф	М	А	М	И	И	А	С	О	Н	Д
Австралия (Дарвин)	13° S	12	13	12	10	8	8	8	10	11	13	12	12
Австралия (Мельбурн)	37° S	8	8	6	4	2	2	2	3	5	6	8	9
Австралия (Сидней)	34° S	9	9	7	5	3	2	3	4	6	7	9	10
Аргентина (Буэнос-Айрес)	35° S	9	9	7	4	3	2	2	4	5	7	9	10
Бразилия (Рио-де-Жанейро)	23° S	12	11	9	7	5	5	5	7	9	10	12	12
Вьетнам (Ханой)	21° N	6	8	10	11	11	11	12	12	10	8	6	6
Германия (Берлин)	52° N	1	1	2	4	5	7	7	5	3	1	1	0
Греция (Ираклион)	35° N	3	4	5	8	9	9	10	9	7	4	3	2
Испания (Пальма де Майорка)	39° N	2	3	4	6	8	9	9	8	6	4	2	1
Канада (Ванкувер)	49° N	1	1	3	4	6	7	7	6	4	2	1	1
Кения (Найроби)	1°S	12	13	13	12	11	10	11	11	12	12	12	11
Куба (Гавана)	23° N	6	8	9	10	10	11	12	11	10	8	6	5
Мадагаскар (Тананариве)	19° S	12	12	11	9	7	6	6	8	11	11	12	12
Мозамбик (Мапуто)	26° S	11	11	9	7	5	4	4	6	8	10	11	11

Страна (город)	.	Я	Ф	М	А	М	И	И	А	С	О	Н	Д
Монголия (Улан-Батор)	48° N	1	2	3	5	6	7	8	6	4	2	1	1
Новая Зеландия (Веллингтон)	42° S	7	7	5	3	1	1	1	2	4	6	7	8
Панама (Панама)	9°N	9	11	12	12	11	11	12	12	12	11	9	9
Россия (Санкт-Петербург)	60° N	0	0	1	3	4	5	5	4	2	1	0	0
Сингапур (Сингапур)	1°N	11	12	13	13	11	11	11	11	12	12	11	10
США (Лос-Анджелес)	34° N	3	4	6	8	9	10	10	9	7	5	3	2
США (Нью-Йорк)	41° N	2	3	4	6	7	8	9	8	6	3	2	1
Таиланд (Бангкок)	14° N	8	10	12	12	11	12	12	12	11	10	8	8
Фолклендские острова (Порт-Стэнли)	58° S	5	4	2	1	0	0	0	1	2	3	5	5
Франция (Париж)	49° N	1	1	3	4	6	7	7	6	4	2	1	0
Шри Ланка (Коломбо)	13° N	8	10	12	12	11	11	12	12	12	10	8	8
Южная Африка (Кейптаун)	34° S	9	9	7	5	3	2	3	4	6	7	9	10
Япония (Токио)	36° N	2	4	5	8	9	9	10	9	7	4	2	2

https://www.who.int/uv/intersunprogramme/activities/uv_index/ru/

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ