

Lär känna din hud: En guide för att upptäcka hudcancer

När du använder SCENESSE® (afamelanotid 16 mg implantat) kommer du att kunna öka din tid i solen och din exponering för ultraviolett ljus. Därför är det viktigt att du är medveten om riskerna med överexponering för solljus, och en av riskerna är hudcancer.

Hudcancer är den vanligaste typen av cancer hos ljushyade personer och det är känt att den orsakas av långvarig exponering för solljus. Hudcancer kan ha dödlig utgång men om den upptäcks och behandlas i tid är risken betydligt lägre.

Det är viktigt att känna och förstå sin egen hud för att kunna upptäcka förändringar eller känna igen onormala fläckar, vilket du sedan diskuterar med en läkare eller dermatolog, eftersom det kan vara de första tecknen på hudcancer. Det rekommenderas att du utför regelbundna hudkontroller för att få hjälp med att upptäcka avvikelser, särskilt om du tillbringar mycket tid i solen om du ägnar dig allt mer åt utomhusaktiviteter. När du blir äldre ådrar sig huden lättare skador.

Var uppmärksam på

Hudcancer kan se ut på många olika sätt. Du ska vara uppmärksam på fläckar eller sår på huden som blöder, vätskar sig, kliar eller fjällar och som inte läker på många veckor. Var även uppmärksam på hudfenomen som ser ut att skifta i form, storlek eller färg.

De vanligaste hudförändringarna är vårtor, eksem, röda utslag eller flammig hud på grund av allergi. De flesta av dessa hudåkommor kan försvinna och är bara tillfälliga.

Hudcancer kan se ut på många olika sätt. Basalcellskarcinom och skivepitelcancer är de mest vanliga solrelaterade cancerformerna. Båda dessa cancerformer yttrar sig i form av upphöjda och kliande utslag och ojämnheter i huden. Dessa ojämnheter förekommer vanligtvis i ansiktet, på näsan, öronen, hårbotten, underarmarna och nedanför knät. Det vill säga ställen där huden utsätts för solstrålning under långa tider.

Vissa hudförändringar påverkar hudens färg eller pigmentering. De allra vanligaste är fräcknar, födelsemärken och färgavvikelse på grund av en skada på huden (från skär- eller sticksår). Andra färgavvikelse är att vara uppmärksam på är godartade hudfläckar (lentiginer) och leverfläckar (naevi) som bildas med tiden på grund av åldrande och solljus.

Den aggressivaste typen av pigmentförändring (lesion) är melanom. Den börjar ofta som en liten leverfläck eller färgavvikelse på huden. Ibland uppvisar den blandad pigmentering och rodnad i lesionens ytterkanter. Du gör bäst i att upplysa och rådfråga din läkare om du upptäcker förändringar i pigmenteringen. Hudcancer kan behandlas om den upptäcks tidigt.

De vanligaste tecknen på melanom är



A

asymmetrisk: ena halvan av fläcken är olik den andra halvan

B

kanter: fläckens kanter är oregelbundna eller flammiga



C

färg: färgen på fläcken är ojämn eller skiftar i bruna eller svarta nyanser, eller till och med blått, rött eller vitt



D

diameter: fläcken är större än 6 mm i diameter



E

förändring: fläcken ser annorlunda ut, har ändrat storlek, form eller färg

Om du har en leverfläck eller en färgavvikelse som visar något av tecknen ABCDE bör du genast uppsöka en

Egen hudundersökning

Du behöver:

- Ett väl upplyst rum i cirka 5–10 minuter (t.ex. badrummet efter duschning)
- En helkroppsspegel och en handspegel
- Något att sitta på så att du lätt kan nå dina tår
- En kamm eller hårborste
- En penna och en förteckning över leverfläckar

1



Undersök ditt ansikte noga, särskilt runt munnen, näsan och båda sidor av öronen. Du behöver använda båda speglar för att kunna kontrollera noggrant.

2



Stå framför helkroppsspeglarna och undersök fram- och baksida på din överkropp. Lyft sedan armarna och titta på vänster och höger sida av din kropp.

3



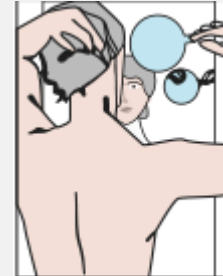
Ta handspeglarna och undersök dina armhålor noggrant, kontrollera sedan dina händer (ovan- och undersida) och mellan fingrarna, sedan dina underarmar och överarmar genom att titta i helkroppsspeglarna.

4



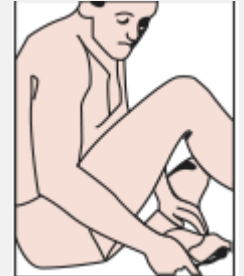
Använd handspeglarna för att undersöka din rygg och rumpa. Kontrollera sedan din nacke noga.

5



Använd kamm eller hårborste för att undersöka hårbotten. Vik undan håret om det behövs.

6

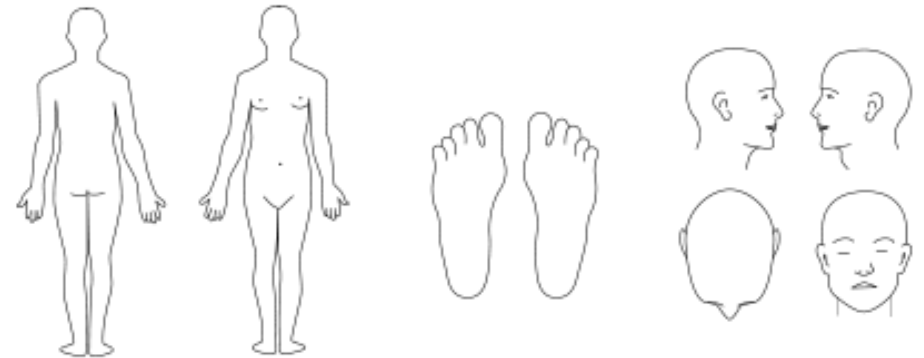


Sitt ned och undersök könsorganen, ben, fötter, mellan tårna och fotsulorna. Använd handspeglarna för att titta på benens baksida och andra svåråtkomliga ställen.

Modell över kroppen

Bedöm märken, leverfläckar eller oklara lesioner genom att använda ABCDE-kriterierna som står på motsatt sida i denna broschyr.

Kontakta genast läkare eller dermatolog om du är osäker eller orolig över något efter att ha undersökt dig själv.



▼ Du kan hjälpa till genom att rapportera de biverkningar du eventuellt får.
webbplats: www.fimea.fi, Säkerhets- och utvecklingscentret för läkemedelsområdet Fimea, Biverkningsregistret, PB 55, 00034 FIMEA