

### [Akceptuje](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)  
[Kontakt](#)



**[Laboratoria](#)**  
**[.net](#)**  
**[Innowacje](#)**  
**[Nauka](#)**  
**[Technologie](#)**



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

## Miesiąc świadomości zachorowania na raka skóry i czerniaka



**Rak skóry jest najczęściej występującą formą nowotworu, występującego w Stanach Zjednoczonych i rozwija się on u jednego na pięciu Amerykanów. Jest również jednocześnie jednym z nowotworów, którym jest się w stanie samemu zapobiec.**

W celu uczczenia majowego miesiąca świadomości zachorowania na raka skóry i czerniaka, 5 maja eksperci z Mount Sinai Health System dzielić się będą wskazówkami, jak należy zapobiegać nowotworowi skóry. Możliwe będzie również darmowe przebadanie się.

Ekspertami będą:

- doktor Mark Lebwohl
- doktor Hooman Khorasani
- doktor Desiree Ratner

„Na szczęście, większość nowotworów skóry, nawet czerniak, może być leczony oraz całkowicie pokonany, jeśli zostanie odpowiednio wcześniej wykryty.” - mówi doktor Lebwohl. „Poznanie własnej skóry jest kluczowe do wczesnego wykrycia raka skóry. Lepiej od razu umówić się z dermatologiem na rutynową kontrolę, jeśli zauważy się nowy pieprzyk, znamię lub guzek na ciele, który dodatkowo zmienia się, rośnie lub krwawi.”

### **Postępy w leczeniu raka skóry**

Szpital Mount Sinai jest jedyną akademicką instytucją, która proponuje pacjentom z rakiem skóry kliniczny zabieg przy użyciu ZipLine Surgical Skin Closure - ekonomicznego i nieinwazyjnego urządzenia, służącego do tworzenia w szybkim tempie przypominających szwy wiązań, które oferuje dodatkowo obniżone ryzyko infekcji podczas zabiegu. Według doktor Khorasani, jednej z badaczek, urządzenie Zipline oferuje zmniejszenie czasu zabiegu o 57% w porównaniu z używaniem szwów.

- Urządzenie jest mocowane do skóry wokół rany za pomocą kleju wrażliwego na adhezję, który nie przekłuwa skóry, jak w zwyczaju mają szwy.
- Urządzenie eliminuje prawdopodobne sytuacje, przez które może dojść do miejscowej infekcji. Po dokładnym wygojeniu się, urządzenie Zipline może być delikatnie oderwane ze skóry wraz z taśmą.

Zachęca się również pacjentów do dyskusji na temat swoich doświadczeń z czerniakiem oraz innymi nowotworami skóry, jak również opinii o urządzeniu ZipLine.

Fakty:

- Czerniak jest numerem jeden wśród najszybciej rozwijających się nowotworów u mężczyzn i numerem dwa u kobiet.
- Rak podstawnokomórkowy jest najczęściej występującym rodzajem raka skóry, ale jeśli zdiagnozuje się go dość wcześnie, szanse wyleczenia wynoszą od 95 do 99 procent.
- Korzystanie z solarium może zwiększyć ryzyko wystąpienia czerniaka, zwłaszcza u kobiet poniżej 45 roku życia.

Według doktor Ratner, jednym z największych czynników ryzyka we wszystkich rodzajach nowotworów skóry jest ekspozycja na promieniowanie UV. Pacjenci powinni chronić swoją skórę poprzez stosowanie kosmetyków przeciwsłonecznych, przebywanie w cieniu oraz noszenie ochronnej odzieży.

Wskazówki dotyczące profilaktyki raka skóry:

- Co roku chodź na badania kontrolne - doroczne wizyty dermatologiczne monitorujące zmiany w skórze Twojej i Twojego dziecka, są tak samo ważne jak coroczne kontrolne badania lekarskie czy regularne wizyty u stomatologa czy okulisty. Prawie 50% największej ekspozycji na promieniowanie UV pojawia się w wieku od 19 do 40 lat.
- Noś filtry przeciwsłoneczne codziennie, a nie tylko na lato. Powinieneś stosować SPF o wartości 30 i większej, by chronić wszystkie miejsca ciała narażone na nadmierną ekspozycję na promieniowanie przez cały rok: oczy, usta, nogi, ręce i twarz. Filtr stosować mniej więcej co dwie godziny, nawet w pochmurne dni.
- Nie opalaj się celowo - być może szkody, które wywoływane są tą czynnością nie są widoczne od razu, bo zazwyczaj potrzeba od 10 do 20 lat, by dostrzec uszczerbki na Twoim zdrowiu wywołwane przez promieniowanie słoneczne, ale słońce rozpuszcza kolagen i elastynę w Twojej skórze, które odpowiadają za jej jędrność i korzystny wygląd.
- Unikaj opalania w solarium: promieniowanie ultrafioletowe pochodzące ze słońca i łóżek z solarium może powodować raka skóry i szybsze pojawianie się zmarszczek.
- Ubieraj odzież ochronną: koszule z długimi rękawami, dłuższe spodnie, kapelusze z szerokim rondem oraz w miarę możliwości okulary przeciwsłoneczne.
- Obserwuj swoje pieprzyki i znamiona, kontrolując je w każdym miesiącu. Jeżeli na Twoim ciele znajduje się bardzo dużo pieprzyków, najlepiej skontaktować się z dermatologiem w celu przygotowania ogólnej mapy ciała, by lekarz mógł porównywać zdjęcia ze sobą podczas kolejnych wizyt kontrolnych w celu obserwowania wszelakich zmian.
- Korzystaj z zasady ABCDE: skontaktuj się z dermatologiem, jeśli Twoje znamiona wykazują zmiany w jednym z 5 podanych niżej aspektów:
  1. asymetry - asymetrii - jedna połowa znamienia w znaczący sposób różni się od drugiej połowy,
  2. borders - granice są nieregularne, trudno je opisać,
  3. color - koloru, który jest zróżnicowany - pojawiają się ślady opalenizny, brązu, czerni, czasami występuje barwa biała, czerwona czy niebieska,
  4. diameters - średnicy, które są wielkości gumki od ołówka (6mm) lub większe, choć czasami

- znamiona mogą być mniejsze,
5. evolving – zmiany, zarówno kiedy występuje lezja znamienia, zaczyna różnić się w wyraźny sposób od reszty lub zwiększa się jego rozmiar i zmienia kolor.

**Autor tłumaczenia: Agata Ogórek**

Źródło:

<http://www.news-medical.net/news/20140426/Skin-Cancer-Awareness-Month-and-Melanoma-Monday-Mount-Sinai-experts-to-share-vital-skin-cancer-tips.aspx>

<https://laboratoria.net/aktualnosci/21314.html>



30-03-2026

## **Stypendia ministra nauki za znaczące osiągnięcia**

Przyznał je 402 osobom.



30-03-2026

## **Doktor z TikToka: fajnie by było, gdyby w sieci to jednak naukowcy...**

Aby chronić pisklęta przed pasożytami.



30-03-2026

## [Kierownik wyprawy polarnej](#)

Zmiany klimatu widać gołym okiem.



30-03-2026

## [Mikrolasery mogą wykrywać pojedyncze cząsteczki](#)

Informuje pismo „Nature Photonics”.



30-03-2026

## [Duże teleskopy sfotografowały dwie formujące się planety](#)

Ogłosiło Europejskie Obserwatorium Południowe (ESO).



30-03-2026

## [Bakteriofagi mogą chronić żywność przed salmonellą](#)

Informuje pismo „Applied and Environmental Microbiology”.



30-03-2026

## [Rękawiczki mogą zawyżać wyniki pomiarów mikroplastiku](#)

Informuje specjalistyczne pismo „Analytical Methods”.



30-03-2026

## [Problem dezinformacji medycznej będzie narastał](#)

Szkolenia na UMB dla przyszłych lekarzy

**Informacje dnia:** [Stypendia ministra nauki za znaczące osiągnięcia Doktor z TikToka: fajnie by było, gdyby w sieci to jednak naukowcy mówili o nauce](#) [Kierownik wyprawy polarnej Mikrolasery mogą wykrywać pojedyncze cząsteczki](#) [Duże teleskopy sfotografowały dwie formujące się planety](#) [Bakteriofagi mogą chronić żywność przed salmonellą](#) [Stypendia ministra nauki za znaczące](#)

[osiągnięcia Doktor z TikToka: fajnie by było, gdyby w sieci to jednak naukowcy mówili o nauce](#)  
[Kierownik wyprawy polarnej Mikrolasery mogą wykrywać pojedyncze cząsteczki Duże teleskopy](#)  
[sfotografowały dwie formujące się planety Bakteriofagi mogą chronić żywność przed salmonellą](#)  
[Stypendia ministra nauki za znaczące osiągnięcia Doktor z TikToka: fajnie by było, gdyby w sieci to](#)  
[jednak naukowcy mówili o nauce Kierownik wyprawy polarnej Mikrolasery mogą wykrywać](#)  
[pojedyncze cząsteczki Duże teleskopy sfotografowały dwie formujące się planety Bakteriofagi mogą](#)  
[chronić żywność przed salmonellą](#)

## **Partnerzy**