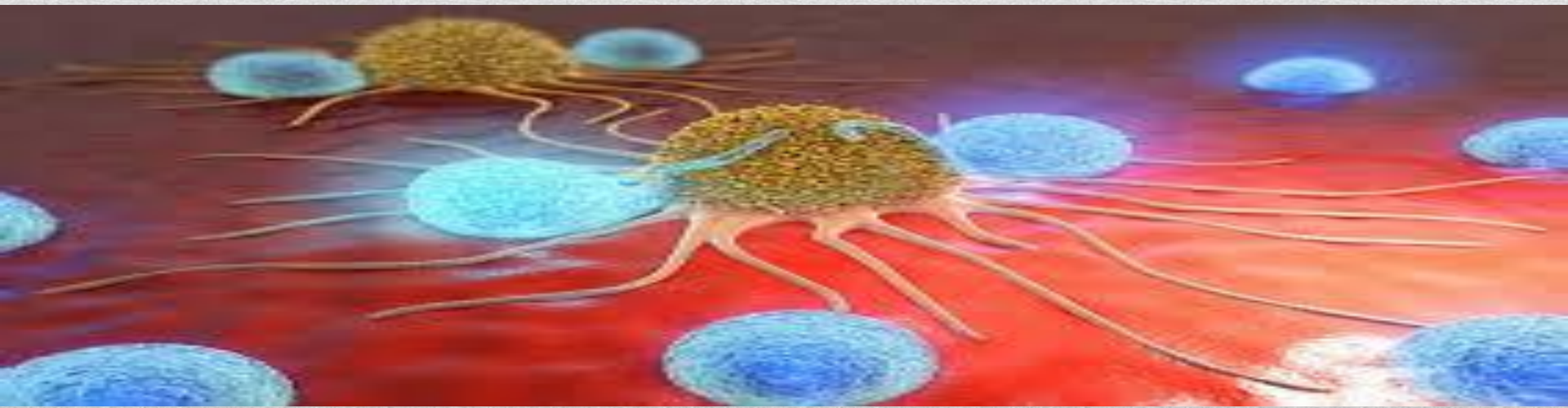


# بیمارستان شهدا بندر لنگه

## علائم و نشانه های سرطان پوست

تهیه کننده: **مهدیه اباذری**  
(سوپروایزر آموزشی)



## نشانه های هشدار دهنده سرطان پوست



سرطان های پوست، از جمله ملانوم و کارسینوم سلول بازال و کارسینوم سلول سنگفرشی، مانند بسیاری از سرطان های دیگر، به صورت ضایعات پیش سرطانی آغاز می شوند. این ضایعات پیش سرطانی تغییراتی در پوست هستند که سرطانی نبوده اما امکان دارد به مرور زمان سرطانی شوند. تقریباً ۴۰ تا ۵۰ درصد از افرادی که پوست روشن دارند و تا ۶۵ سالگی زنده می مانند دست کم دچار یک مورد سرطان پوست می شوند. باید نحوه یافتن نشانه های هشدار دهنده زودهنگام این بیماری را یاد گرفت. سرطان پوستی که در مراحل اولیه ردیابی و درمان شود قابل معالجه است.

## کراتوز آفتابی



این لکه‌های (پچ‌های) کوچک پوسته‌دار که به دلیل قرار گرفتن به مدت بسیار زیاد در معرض نور آفتاب ایجاد می‌شوند، اغلب روی سر، گردن، یا دست مشاهده می‌شوند، اما امکان دارد در قسمت‌های دیگر بدن هم وجود داشته باشند. ممکن است این لکه‌ها نشانه هشداردهنده زود هنگام سرطان پوست باشند، اما مشکل بتوان گفت که آیا لکه‌ای به‌خصوص به مرور زمان تغییر یافته و سرطانی خواهد شد. اکثر این لکه‌ها سرطانی نمی‌شوند، اما پزشکان درمان زود هنگام را توصیه می‌کنند تا از ایجاد سرطان پوست سلول سنگفرشی جلوگیری شود. افراد دارای پوست روشن، بلوند، یا کسانی که دارای موی قرمز و چشمان آبی یا سبز هستند، بیشتر از همه با خطر این سرطان مواجه می‌باشند.

## التهاب لب ناشی از آفتاب (لب کشاورزان)



التهاب لب ناشی از آفتاب ((Actinic Cheilitis، که با کراتوز آفتابی مرتبط می‌باشد، بیماری پیش سرطانی است که معمولاً در لب پایینی به وجود می‌آید. ممکن است لکه‌های پوسته‌دار یا زبر دائمی بر روی لب‌ها مشاهده شود. علائمی که کمتر رایج هستند شامل متورم شدن لب، از بین رفتن مرز مشخص بین لب و پوست، و ایجاد خطوط بارز در لب‌ها می‌باشد. اگر این بیماری درمان نشود، امکان دارد به صورت کارسینوم مهاجم سلول سنگفرشی در آید.

## شاخ های پوستی



شاخ پوستی به صورت توده‌ای به شکل قیف ظاهر می‌شود که از قاعده قرمز رنگی واقع بر روی پوست گسترش می‌یابد. شاخ پوستی از کراتین (پروتئین موجود در ناخن) تشکیل می‌شود و نوعی خاص از کراتوز آفتابی است. امکان دارد اندازه و شکل توده (growth) بسیار متغیر باشد، اما اکثر توده‌ها چند میلی متر طول دارند. در پایه توده می‌توان کارسینوم سلول سنگفرشی را پیدا کرد. شاخ پوستی معمولاً در افراد بالغ مسنی ایجاد می‌شود که دارای رنگ پوست روشن هستند و در طول سال‌ها به میزان قابل ملاحظه‌ای در معرض نور آفتاب قرار گرفته‌اند.

## مول (خال یا خال گوشتی) چه هنگام مشکل ساز می شود؟



مول (خال) توده خوش خیمی از ملانوسیت ها یا سلول هایی است که رنگ پوست را به وجود می آورند. گرچه تعداد معدودی از خال ها سرطانی می شوند، امکان دارد خال های غیر طبیعی یا آتیپیک به مرور زمان به ملانوم تبدیل شوند. امکان دارد خال های «نرمال» مسطح یا برجسته به نظر آیند، یا ممکن است ابتدا مسطح بوده و به مرور زمان برجسته شوند. معمولاً سطح خال صاف است. خال های نرمال گرد یا بیضی شکل بوده و از پاک کن کوچکی که روی مداد قرار دارد بزرگتر نیستند. اکثر خال ها در جوانی یا اوائل بزرگسالی به وجود می آیند. به وجود آمدن خال در بزرگسالی غیر عادی می باشد.

## خال‌های دیسپلاستیک: مول‌های آتیپیک



مول‌های آتیپیک سرطانی نیستند، اما امکان دارد سرطانی بشوند. ممکن است این خال‌ها در آن نواحی از بدن که در معرض آفتاب قرار دارد یا از قرار گرفتن آنها در معرض نور آفتاب جلوگیری شده یافت شود. مول‌های آتیپیک بزرگتر هستند (قطر آنها یک چهارم اینچ یا ۶.۳۵ میلی‌متر) یا بیشتر است، شکل نامنظم‌تری دارند، حاشیه‌های شکاف دار یا به‌تدریج محو شونده‌ای دارند، امکان دارد مسطح یا برجسته بوده یا سطح آنها صاف یا زبر باشد، و معمولاً دارای چند رنگ هستند، از جمله صورتی، قرمز، برنزی، و قهوه‌ای.



## ABCDE مربوط به خالها را یاد بگیرید

اکثر خال‌های موجود در بدن اشخاص شبیه به هم به نظر می‌آیند. اگر ظاهر خال یا کک و مک با بقیه تفاوت دارد، یا قطر آن از پاک کن کوچکی که روی مداد وجود دارد بزرگتر است، یا از یکی از ویژگی‌های ABCDE ملانوم برخوردار می‌باشد، باید به پزشک متخصص پوست مراجعه نمود، زیرا امکان دارد خال یا کک و مک سرطانی باشد. ABCDE ویژگی‌های مهمی هستند که باید به هنگام معاینه خال‌ها، یا دیگر توده‌های موجود بر روی پوست، در نظر گرفت، بنابراین آنها را در اسلایدهایی که در زیر می‌آید یاد بگیرید.

ABCDE مربوط به خال را یاد بگیرید: "A" نشانگر عدم  
تقارن Asymmetry است



منظور از عدم تقارن این است که نصف خال با نصف دیگر آن مطابقت ندارد. خال‌های نرمال متقارن هستند. به هنگام بررسی خال یا کک و مک، باید خطی فرضی رسم نمود که از وسط خال عبور کند و سپس دو نیمه خال را با هم مقایسه کرد. اگر دو نیمه واقع در دو طرف این خط شبیه هم نباشند، باید به پزشک متخصص پوست مراجعه شود تا او خال را معاینه نماید.

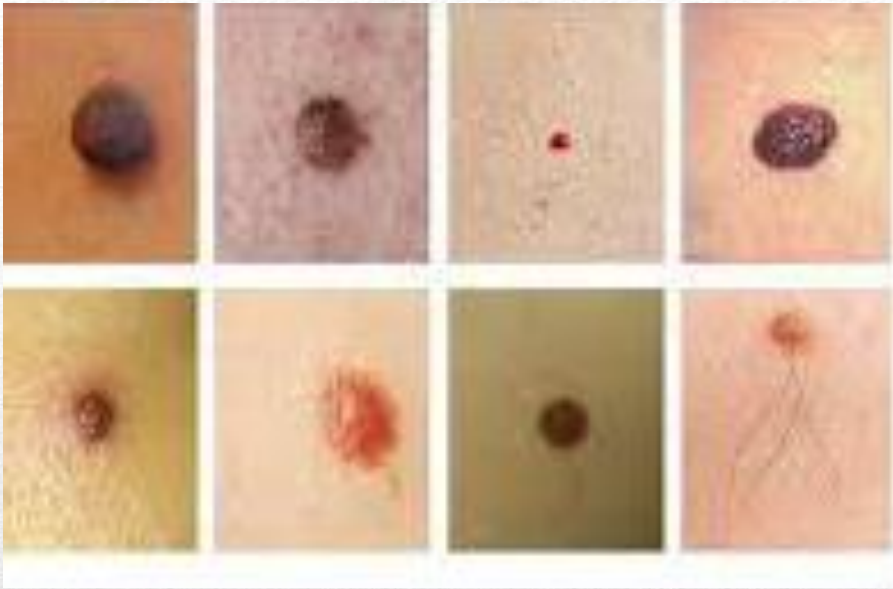


**ABCDE مربوط به خال را یاد بگیرید: " B"**  
**نشانگر مرز Border است**

اگر مرز یا لبه‌های خال ناهموار یا ناصاف، نامشخص یا محو، یا نامنظم باشند، باید به پزشک متخصص پوست مراجعه نمود تا او خال را معاینه کند. ضایعات ملانومی اغلب دارای مرزهای نامنظم هستند.

---

ABCDE مربوط به خال را یاد بگیرید: "C"  
نشانگر رنگ Color است



خالی که در تمام قسمت‌های خود رنگ واحدی ندارد یا دارای ته رنگ‌های برنزی، قهوه‌ای، سیاه، سفید، یا قرمز است، مشکوک می‌باشد. خال‌های نرمال معمولاً دارای یک ته رنگ واحد هستند. اگر خالی دارای ته رنگ‌های متعدد است، یا روشن‌تر یا تیره‌تر شده باشد، باید به پزشک متخصص پوست مراجعه شود تا آن را معاینه کند.

ABCDE مربوط به خال را یاد بگیرید: "D نشانگر قطر (Diameter) است"



اگر قطر خال بزرگتر از قطر پاک‌کن کوچکی باشد که روی مداد قرار دارد، مشکوک به حساب می‌آید. قطر خال‌های خوش‌خیم معمولاً کمتر از ۶ میلی‌متر است.

---



## ABCDE مربوط به خال را یاد بگیرید: "E" نشانگر در حال تحول Evolving است

اگر خالی در حال تحول باشد، یعنی کوچکتر یا بزرگتر شده یا رنگش تغییر نماید یا خارش یا خونریزی آن شروع شود، باید به پزشک متخصص پوست مراجعه نمود تا آن را معاینه کند. اگر بخشی از خال بالاتر از بقیه به نظر آید، یا بالاتر از سطح پوست قرار گرفته باشد، باید به پزشک مراجعه شود تا آن را معاینه کند. ضایعات ملانومی اغلب بزرگ تر می شوند یا ارتفاع آنها به سرعت تغییر می کند.

---



## راهنمایی‌هایی برای غربالگری خال در ارتباط با سرطان

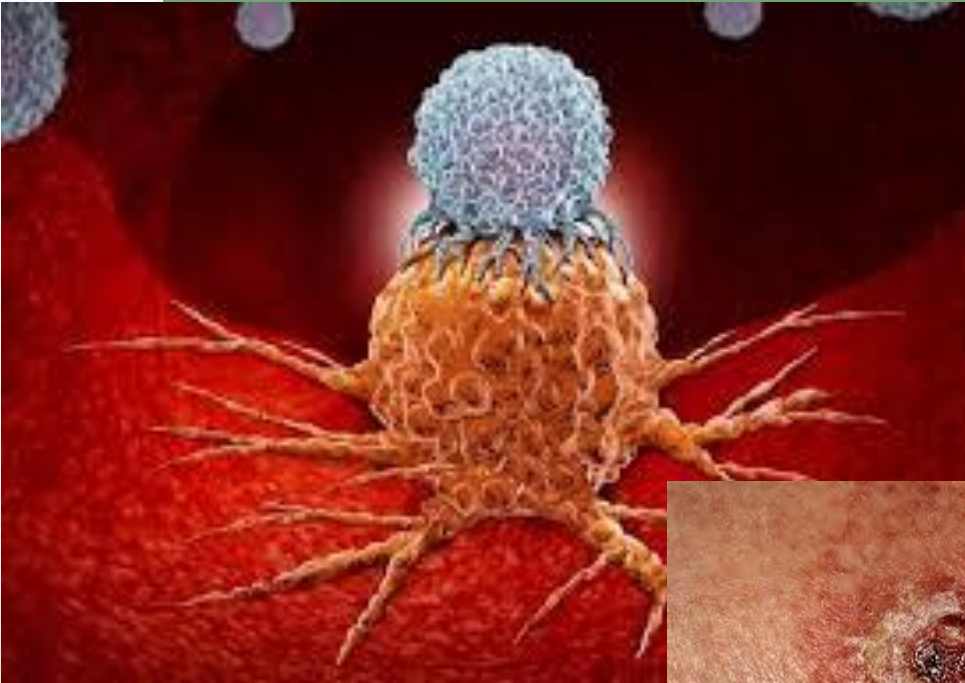
پوست خود را به‌طور منظم معاینه کنید. یکی از نقاط رایج تشکیل ملانوم در مردان قسمت پشت بدن، و در زنان قسمت پایینی ساق پا است. اما باید ماهی یکبار تمام بدن را برای یافتن خال یا لکه مشکوک و ارسی (چک) کرد. این کار را باید از قسمت سر آغاز نمود و به طرف پایین بدن ادامه داد. نواحی «پنهان» را باید و ارسی نمود، که عبارتند از لای انگشتان دست و پا، کشاله ران، کف پاها، و پشت زانو ها. پوست سر و گردن را باید برای یافتن خال و ارسی نمود. باید از یک آینه استفاده کرد یا از یکی از اعضای خانواده درخواست نمود که در و ارسی این نواحی کمک کند. مخصوصاً باید درباره خالی که تازه ظاهر شده است بسیار مظنون بود. باید از خال‌ها عکس گرفت و تاریخ عکسبرداری را یادداشت کرد تا به زیر نظر گرفتن خال‌ها جهت متوجه شدن تغییرات آنها کمک شود. نوجوانان، زنان باردار، یا زنان یائسه (دوره‌های زمانی که امکان دارد سطح هورمون‌های بدن به‌طور ناگهانی افزایش یابد) باید بسیار مراقب خال‌های خود باشند.

## خال چگونه ارزیابی می‌شود؟



اگر خال یا لکه‌ای در بدن دیده شود که دارای یکی از ABCDE های ملانوم باشد، یا حساسیت غیرطبیعی نسبت به فشار یا لمس داشته، خارش کند، نشت کند، پوسته‌دار باشد، التیام نیابد، یا ناحیه فراتر از خال به رنگ قرمز در آید یا متورم شود، باید به پزشک مراجعه نمود. ممکن است پزشک بخواهد نمونه‌ای از بافت خال بردارد و آن را بیوپسی کند. اگر معلوم شود که این نمونه سرطانی است، کل خال و حاشیه‌ای از پوست نرمال اطراف آن را برمی‌دارند و زخم را بخیه می‌زنند و می‌دوزند. شاید لازم شود درمان‌های دیگری هم صورت گیرد.

## مقدمه‌ای بر سرطان پوست



ملانوم بدخیم، مخصوصاً در مردان، می‌تواند منجر به مرگ شود. تشخیص و درمان زودهنگام می‌تواند میزان بقای بیماران را افزایش دهد. سرطان‌های پوست غیر ملانومی شامل کارسینوم سلول بازال و کارسینوم سلول سنگفرشی می‌باشند، که هر دو از سرطان‌های رایج بوده و اگر زود ردیابی و درمان شوند تقریباً در تمام موارد معالجه می‌شوند. افرادی که یک بار به سرطان پوست مبتلا شده‌اند با خطر دچار شدن مجدد به این بیماری مواجه هستند؛ و باید دست‌کم سالی یک بار تحت معاینه کامل پزشکی (چک آپ) قرار گیرند.

## ملانوم



ملانوم به اندازه دیگر انواع سرطان پوست رایج نیست، اما خطرناکترین نوع سرطان پوست است و به‌طور بالقوه مهلک می‌باشد. نشانه‌های احتمالی ملانوم شامل تغییر در قیافه ظاهری خال یا ناحیه دارای رنگدانه (پیگمان) است. اگر اندازه، شکل، یا رنگ خال تغییر کند، یا خال لبه‌های نامنظم داشته، دارای بیش از یک رنگ بوده، نامتقارن باشد، یا خارش کند، نشت نماید، یا خونریزی کند، باید به پزشک مراجعه شود.



## کارسینوم سلول سنگفرشی

این سرطان پوست غیرملانومی ممکن است به صورت ندول (گرهک) سفت قرمز، توده پوسته داری که خونریزی می کند یا کبره می بندد، یا زخمی ظاهر شود که التیام نمی یابد. در اکثر موارد، این سرطان در بینی، پیشانی، گوش ها، لب پایینی، دست ها، و در دیگر نواحی بدن که در معرض نور آفتاب قرار می گیرند ایجاد می شود. اگر این سرطان زود ردیابی و درمان شود، قابل علاج خواهد بود. اگر سرطان پوست پیشرفته تر شود، درمان آن به مرحله بیماری بستگی خواهد داشت.

## بیماری بوون



بیماری بوون را کارسینوم سلول سنگفرشی "درجا" هم می‌نامند. این بیماری نوعی از سرطان پوست است که روی سطح پوست و به طرف بیرون گسترش می‌یابد. بر عکس، کارسینوم سلول سنگفرشی "مهاجم" می‌تواند به طرف داخل بدن رشد کند و به اندام‌های داخل بدن گسترش یابد. در بیماری بوون لکه‌هایی شبیه لکه‌های پوسته‌دار مایل به قرمزی ایجاد می‌شود که ممکن است کبره ببندند. امکان دارد بیماری بوون با جوش، اگزما، قارچ، یا پسوریازیس اشتباه گرفته شود.

## کارسینوم سلول بازال



کارسینوم سلول بازال رایج‌ترین سرطان پوست بوده و آسان‌تر از تمام دیگر انواع سرطان پوست درمان می‌شود. چون کارسینوم سلول بازال به کندی گسترش می‌یابد، عمدتاً در افراد بالغ ایجاد می‌شود. امکان دارد تومورهای سلول بازال از شکل‌های مختلفی برخوردار باشند، از جمله به صورت برآمدگی به رنگ سفید مرواریدی یا مومی که اغلب دارای رگهای خونی قابل رویت است بر روی گوش، گردن، یا صورت یافت شوند. ممکن است تومورها به صورت لکه (پچ) مسطح، پوسته‌دار، و به رنگ گوشت یا قهوه‌ای در قسمت پشت بدن یا روی سینه، یا، در موارد نادرتر، به شکل اثر زخم (جای زخم) سفید و مومی مشاهده شوند.

## سرطان‌های نادر تر پوست



انواع نادر سرطان پوست شامل سارکوم کاپوزی (که عمدتاً در افرادی دیده می‌شود که دستگاه ایمنی آنها ضعیف شده است)، کارسینوم غده سباسه (سرطان مهاجمی که در غدد چربی پوست آغاز می‌شود) ، و کارسینوم مرکل سل (که معمولاً در آن نواحی از سر، گردن، بازو، و ساق پا که در معرض نور آفتاب قرار می‌گیرند یافت می‌شود اما اغلب به دیگر قسمت‌های بدن گسترش می‌یابد) است.

## چه کسانی دچار سرطان پوست می‌شوند و چرا؟



قرار گرفتن در معرض نور آفتاب مهم‌ترین دلیل ابتلا به سرطان پوست است، اما این امر سرطان‌های پوستی را توجیه نمی‌کند که در آن قسمت‌هایی از پوست بدن ایجاد می‌شود که معمولاً در معرض نور آفتاب قرار ندارند. شاید قرار گرفتن در معرض خطرات زیست محیطی، پرتودرمانی، و حتی وراثت نقشی در ایجاد سرطان پوست داشته باشند. گرچه امکان دارد هر کسی دچار سرطان پوست شود، خطر این بیماری برای افرادی از همه بیشتر است که:

- پوست سفید یا چشمانی به رنگ روشن دارند.
  - دارای تعداد زیادی خال بزرگ با شکل غیر منظم هستند.
  - سرطان پوست در خانواده‌شان سابقه دارد.
  - بارها به مدت بسیار طولانی در معرض نور آفتاب قرار گرفته یا به آفتاب سوختگی همراه با تاول زدن پوست دچار شده‌اند.
  - در ارتفاعات بالا یا در جایی زندگی کرده‌اند که در تمام سال هوا آفتابی بوده است.
  - تحت پرتودرمانی قرار گرفته‌اند.
-



## خطر سرطان پوست را کاهش دهید

مدت زمان قرار گرفتن در معرض نور فرا بنفش خورشید را محدود سازید، مخصوصاً بین ساعات ۱۰ صبح تا ۴ بعدازظهر که پرتوهای خورشیدی از هر زمان دیگری در روز شدیدتر است. در هوای آزاد از کرم با لوسیون ضد آفتاب به مقدار زیاد استفاده کنید (به لب ها و گوش ها هم باید کرم یا لوسیون مالید)، با استفاده از کلاه از سر و با به کارگیری عینک آفتابی از چشمان محافظت نمایید، و بدن را با لباس بپوشانید. و به خاطر داشته باشید که اگر تغییری در پوست مشاهده نمودید (مانند تشکیل توده‌ای جدید، خالی که شکل آن تغییر می‌کند، یا زخمی که التیام نمی‌یابد)، باید بلافاصله به پزشک مراجعه کنید.

همیشه

# شاداب و سلامت

باشید

واحد آموزش سلامت بیمارستان شهدا بندرلنگه

