

Руководство по самостоятельному контрольному осмотру кожи

Эстонское руководство для пациентов

PJ-D/78.1-2025

Родимые пятна (невусы) — это пигментированные образования, которые находятся на поверхности кожи большинства людей. Некоторые из них присутствуют уже при рождении, но большинство развиваются в течение жизни. Большинство невусов имеют коричневый цвет, но встречаются также красные, желтовато-коричневые, голубоватые и черные невусы. Они четко ограничены, могут располагаться на поверхности кожи или возвышаться над ней, иметь гладкую или неровную поверхность, быть мягкими или твердыми, плоскими или губчатыми, а на некоторых из них могут расти волосы.

Большинство пигментных образований являются доброкачественными и остаются таковыми, но иногда изменение пигментного поражения может быть первым признаком злокачественной меланомы или другой опухоли кожи. Лучший способ обнаружить изменения пигментных образований — это регулярный осмотр на дому. Самостоятельный осмотр следует проводить систематически один раз в месяц и осматривать при этом все тело, используя метод ABCDE.

При любых изменениях, включая зуд, болезненность, покраснение, отек или утолщение, **обратитесь к своему семейному врачу или дерматологу.**

А асимметрия

Имеет ли пигментное поражение правильную или неправильную форму?

В край

Являются ли края пигментированного образования четкими и ровными или неровными, зубчатыми или размытыми?

С цвет

Пигментные образования являются однотонными (одного цвета) или есть различия в цвете в пределах одного образования?

Д диаметр

Превышает ли диаметр пигментированного образования шесть миллиметров?

Е развитие образования

Изменились ли со временем форма, размер или цвет пигментированного образования?

Доброкачественное Злокачественное



Проведите полный контрольный осмотр тела за 7 простых шагов

