

CAMPAGNE DE PRÉVENTION ET DE SENSIBILISATION DU CANCER DE LA PEAU NON MÉLANOME

Votre pharmacien se mobilise pour vous !



Les tumeurs cutanées, qu'est-ce que c'est ?

Avec près de 100 000 nouveaux cas par an, les cancers cutanés, carcinomes basocellulaires, épidermoïdes et mélanomes, sont les cancers les plus fréquents.

Un grand nombre de tumeurs cutanées anormales mais relativement anodines peuvent constituer les prémices d'un cancer de la peau. Il est important de les reconnaître, car elles peuvent donner l'alerte. Une **modification de la surface et de la couleur de la peau** est un signe qu'il convient de surveiller.

Toute modification cutanée persistante doit conduire à une consultation dermatologique : une plaie qui ne cicatrise pas, un bouton ou une croûte qui persiste et se modifie, un grain de beauté qui grossit, change de couleur et aux contours irréguliers sont des signes qu'il ne faut pas négliger.

Si le diagnostic est précoce, les chances de guérison totale sont grandes.

Examinez votre peau 3-4 fois par an si une tache brune est suspectée.

Pour s'aider dans le diagnostic de telles lésions, on utilise la **règle de l'ABCDE** (www.ligue-cancer.net).

La règle de l'ABCDE récapitule les caractéristiques évolutives devant faire craindre un mélanome devant une lésion cutanée pigmentée :

- ✓ A pour Asymétrie : asymétrie des contours et de la couleur
- ✓ B pour Bords irréguliers : lésion à bords irréguliers ou festonnés
- ✓ C pour Couleur changeante et polychrome : la couleur de la lésion n'est pas homogène
- ✓ D Pour Diamètre en augmentation : diamètre supérieur à 8 mm augmentant dans le temps
- ✓ E pour Epaissement ou Extension de la lésion : la lésion présente une épaisseur au dessus de la peau

Le soleil constitue le principal facteur de risque conduisant à des dommages de la peau et éventuellement à un cancer. Certaines personnes sont plus sensibles aux rayons UV. La peau des enfants est particulièrement vulnérable. L'exposition au soleil durant l'enfance est la plus préjudiciable. Les personnes qui ont eu des taches de rousseur ou des coups de soleil fréquents ou sévères pendant leur enfance ont plus de risques de développer un cancer de la peau une fois adultes (les dommages cutanés peuvent précéder le cancer de plusieurs années).

Le type de peau est un critère important et une vigilance particulière est recommandée aux personnes à peau claire et cheveux roux ou blonds, chez qui le bronzage est difficile. Les personnes qui ont des antécédents familiaux et celles qui ont de nombreux grains de beauté ont également un facteur de risque plus important de développer un cancer de la peau.



Comment réduire le risque ?

Des conseils simples de prévention sont à appliquer pour bien se protéger du risque d'avoir un cancer de la peau :

- ✓ Eviter de s'exposer au soleil entre 12h et 16h, et se mettre à l'ombre.
- ✓ Protéger particulièrement les enfants et pas de soleil pour les bébés de moins d'un an.
- ✓ Porter des vêtements couvrants à mailles serrées, comme des chemises à manches longues et des pantalons, un chapeau à larges bords et de bonnes lunettes de soleil.
- ✓ Appliquer de la crème solaire tous les jours sur toutes les zones exposées de la peau, notamment le visage et le cou, le dos des mains et le dessus des bras.
- ✓ Ne pas oublier de couvrir vos jambes et attention au-dessus des pieds avec des tongues ou des claquettes
- ✓ Eviter les bains de soleil, et pendant vos activités de plein air, à la plage comme à la montagne, mettre un tee-shirt, car la crème solaire ne protège pas totalement des UV.

Les dangers :

Sous traitement immunosuppresseur, ou traitement de blanchiment de la peau, l'exposition au soleil augmente les risques de cancers de la peau

Les produits dits auto bronzants et les compléments alimentaires ne protègent pas des effets néfastes du soleil !