

Mélanomes et cancer de la peau :

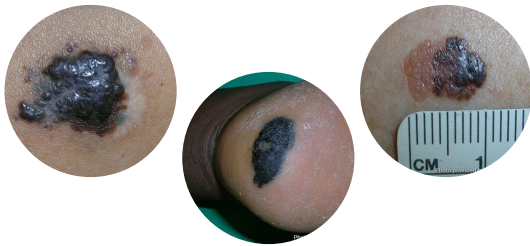
Prévention et dépistage
Détecter, réduire, prévenir



Qu'est-ce que les mélanomes et le cancer de la peau ?

Les mélanomes sont un type de cancer de la peau, le plus souvent causé par les méfaits du soleil. Ils peuvent se propager dans différentes parties du corps (se métastaser) et être fatals.

EXEMPLES DE MÉLANOMES :



À quoi faut-il être attentif ?

Les mélanomes peuvent ressembler à une tache de vieillesse, une ecchymose, une plaie, un kyste ou une cicatrice. Ils peuvent également apparaître sous la forme d'une ligne brune sous l'ongle. Vous pouvez ne pas ressentir un mélanome, mais il peut démanger, faire mal ou saigner à certains moments.

Ce que vous pouvez faire pour y remédier :

- Rester à l'ombre, réduire l'exposition au soleil entre 10 h 00 et 16 h 00
- Porter des vêtements de protection solaire
- Appliquer un crème solaire sur toute la surface de la peau non couverte par les vêtements (au moins un SPF 15) tout au long de l'année
- Appliquer de nouveau la crème solaire toutes les 2 heures ou après avoir nagé ou transpiré
- Inspecter votre peau au moins une fois par mois
- Parler à votre médecin de tout changement cutané anormal
- Ne pas utiliser de lits de bronzage ou de lampes solaires

Sources :

¹. American Cancer Society.

https://cancerstatisticscenter.cancer.org/?_ga=2.79438804.1703166689.1652381087-594687202.1642533001#/cancer-site/Melanoma%20of%20the%20skin

². NCI (2020). Sunlight. <https://www.cancer.gov/about-cancer/causes-prevention/risk/sunlight>



1 Américain sur 5*

développera un cancer de la peau vers l'âge de 70 ans. Selon les estimations, environ 21 Américains mourront d'un mélanome, la forme la plus mortelle du cancer de la peau, chaque jour.¹

En matière de cancer de la peau, garder à l'esprit les ABC :



Asymétrie- la forme d'une moitié ne correspond pas à celle de l'autre moitié



Bord - irrégulier (ex : bord dentelé, festonné, mal défini)



Couleur - couleurs variables d'une zone à l'autre (nuances de bronzage, brune/noire)



Diamètre - changement de taille, généralement une augmentation (mélanomes généralement > 6 mm)



Évolutif - changement de taille, de forme ou de couleur du grain de beauté au fil du temps



FAITES-VOUS DÉPISTER

Pour en savoir plus, vous pouvez appeler, envoyer un message, scanner un code ou consulter un site Internet pour commencer dès aujourd'hui !

Envoyez : « SCREEN » au 43386

Appelez le : 833 727 3665

Consultez : go.rutgers.edu/PreventSkinCancer

Scannez le code :



FRENCH

Rév. du 29.02.2024