

흑색종과 피부암:

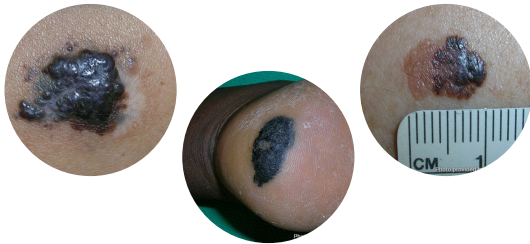
예방 및 검진
발견, 줄이기, 예방



흑색종과 피부암이란?

흑색종은 피부암의 일종이며 햇빛 노출에 의한 손상이 가장 흔한 원인입니다. 인체 다른 부위로 번질 수 있고(전이) 치명적일 수 있습니다.

흑색종의 예:



주의해서 보아야 할 증상은?

흑색종은 검버섯, 멍, 빨갱게 된 상처, 낭종 또는 흉터처럼 보일 수 있습니다. 손톱 밑 검은 줄로 나타날 수도 있습니다. 흑색종은 자각 증상이 없지만 가렵거나 따갑거나 출혈이 있을 경우가 있습니다.

이에 대해 내가 할 수 있는 일:

- 오전 10시에서 오후 4시 사이에는 그늘을 찾아 햇빛 노출을 최소화하기
- 자외선 차단 의복 착용
- 일년 내내 옷으로 가려지지 않은 모든 피부에 자외선 차단제(최소 SPF 15) 바르기
- 2시간마다 또는 수영이나 땀을 흘린 후 자외선 차단제 다시 바르기
- 적어도 한 달에 한 번 피부 확인하기
- 비정상적 피부 변화가 있으면 의사의 진찰 받기
- 야외 태닝 또는 기계 태닝 사용하지 않기



5명 중 1명의*

미국인이 70세까지 피부암에 걸립니다. 피부암 중 치사율이 가장 높은 암 종류인 흑색종으로 매일 약 21명의 미국인이 사망하는 것으로 추정됩니다.¹

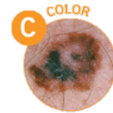
피부암을 식별하는 요령으로 ABC를 기억하세요.



Asymmetry(비대칭성) - 점의 반쪽과 다른 반쪽이 대칭을 이루지 않음



Border(경계) - 불규칙함(예: 들쭉날쭉, 부채꼴, 경계가 명확하지 않음)



Color(색) - 색이 주변 부위와 다름 (황갈색, 갈색/검은색)



Diameter(지름) - 크기 변화, 주로 커짐(흑색종은 주로 6mm 초과)



Evolving(변화) - 시간이 지나면서 점의 크기, 모양 또는 색이 변함.

암 검진

자세히 알아보시려면 전화 또는 문자를 하시거나, 여기 코드를 스캔하시거나, 또는 웹사이트를 방문하여 오늘 건강 활동을 시작해보세요!

문자: 43386번으로 'SCREEN'이라고 문자보내기
전화: 833.727.3665

웹사이트: go.rutgers.edu/PreventSkinCancer
스캔:



출처:

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>