

”وجدت بقعة جلدية
خلف ركبتي
بدت غير
طبيعية،

فذهبت إلى الممارس العام“

فيليب

WE ARE
MACMILLAN.
CANCER SUPPORT



الأشخاص ذوو البشرة الفاتحة التي تصاب بالحرق في الشمس معرضون بشكل كبير لخطر الإصابة بسرطان الجلد والمسماى ميلانوما. يمكنك تقليل خطر الإصابة من خلال توخي الحرص اللازم عند التواجد في الشمس وعدم استخدام أجهزة التسمير الضوئية.

ينبغي عليك أيضا زيارة الطبيب إذا حدث لك تغيرات في الأظافر. مثل:

- ظهور شريط جديد داكن اللون بطول جزء من الظفر
- وجود شيء ينمو أسفل الظفر.

هذه الأعراض يمكن أن يكون السبب فيها أشياء أخرى غير الميلانوما، ولكن لا تحاول أن تشخص حالتك بنفسك - اذهب إلى الطبيب. فإذا كان لديك ميلانوما، فإنه كلما تم اكتشافه بصورة مبكرة، ازدادت نسبة النجاح في علاجه.

أنت لا تضع وقت الطبيب عندما تطلب منه فحص الأعراض التي ظهرت عليك.

في حالة اكتشاف الميلانوما في وقت مبكر يمكن الشفاء منه بعلاج بسيط.

إذا أردت المساعدة أو احتجت إلى مجرد شخص للحديث معه، اتصل بمؤسسة ماكميلان مجاناً على الرقم **0808 808 00 00** أو قم بزيارة الموقع **macmillan.org.uk**

أكثر من ١٣٠٠٠ شخص في المملكة المتحدة يصاب بالميلانوما كل عام، فهو واحد من أكثر أنواع السرطان شيوعاً بين الأشخاص من سن ١٥-٣٤، ولكنه يمكن أن يصيب الأشخاص في أي سن.

معرفة التغيرات التي تستدعي البحث عن طبيب والوقت الذي يتعين فيه ذلك يمكن أن تحدث فرقاً حقيقياً.

لا تدع الخوف يملك منك إذا ظهرت عليك الأعراض - بل اطلب فحصها.

اذهب إلى الطبيب على الفور إذا لاحظت وجود بقعة جلدية جديدة، أو تغير في بقعة جلدية موجودة أو تغير في بشرتك. توجه دائماً إلى الطبيب إذا كانت لديك بقعة جلدية:

- يحدث بها تغيير في الحجم أو الشكل أو اللون
- غير متماثلة
- لها حدود بحواف خشنة
- بها أكثر من لون أو بها ظلال بنية
- أعرض من ٧ مم (تقريباً في حجم سن قلم الرصاص غير حاد)
- تسبب لك وخز أو حكة
- بها نزيف أو متببسة.