



# את החן יש לאבחן!



האגודה למלחמה בסרטן



## חשוב לדעת

- סרטן העור הוא מחלה שכיחה בישראל, שבה קרינת השמש החזקה מהווה את אחד הגורמים העיקריים להתפתחות נגעי עור.
- מלנומה היא המסוכנת והקטלנית מבין סוגי סרטן העור השונים.
- כדי להשיג ריפוי יש לאבחן את המחלה בשלביה הראשונים.
- נקודות חן/שומות מופיעות על עור הגוף ככתם חום שטוח או בולט, כבר בגיל הילדות או ההתבגרות.
- הופעת שומה חדשה או שינויים בגודל ובצבע השומות הקיימות, עלולים לעורר חשד להתפתחות גידול סרטני.

**זכרו: גילוי מוקדם של סרטן העור מעלה**

**באופן משמעותי את שיעור הריפוי!**





## מי בקבוצת סיכון?

- בעלי מספר רב של שומות (בייחוד למעלה מ-20).
- בעלי עור, שיער ועיניים בהירים, ובעלי נמשים.
- אנשים שעורם נצרב בקלות בשמש, או שאינו משתזף כלל.
- מי שבמשפחתו קרובים בעלי נקודות חן מרובות, או שחלו בסרטן העור.
- מי שסבל מכוויות שמש מרובות, בעיקר בילדות.
- אנשים הנוטלים תרופות המדכאות את מערכת החיסון או סובלים ממחלות המחלישות אותה (כגון חולי פרקינסון, מושתלי איברים וכד').

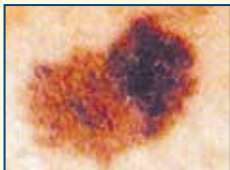
## כיצד נכיר את השומות שעל גופנו?

- בחדר מואר היטב נבחן את הגוף מלפנים ומאחור. אפשר להיעזר במראת יד, אותה נכוון מול מראה גדולה.
- חשוב לבחון את כל שטח העור, כולל הקרקפת, בין השערות, בקפלי הגוף ובין אצבעות הידיים והרגליים. לבדיקת הקרקפת הכרחי להיעזר באדם נוסף, ולבדיקת הגב רצוי להיעזר באחרים.
- מומלץ לזכור את מספר השומות בכל מקום ולבצע את הבדיקה שוב כל 3-6 חודשים. למי שיש מספר רב של שומות, מומלץ לצלם בהגדלה את אזור השומות, לצורך השוואה. רצוי שהצילום יהיה צבעוני, ויהיה בו קצה סרגל שימחיש את גודל השומה. חשוב לציין את תאריך הצילום ואת אזור הגוף עליו נמצאות השומות.

## מהם הסימנים שיש לשים לב אליהם בעת בדיקת השומות? (חמש הגים"לים)

### גיאומטריה

צורת השומה לא סימטרית - חציה האחד אינו שווה לחציה השני.



### גבול

שומה שגבולה אינו מעוגל, ברור ומוגדר.



### גוון

שומה שצבעה אינו אחיד והיא מורכבת ממספר גוונים כגון: חום, שחור, ורוד ועוד.



### גודל

שומה שקוטרה עולה על 5 מ"מ (קוטר של עיפרון).



### גובה

שינוי בגובה השומה או כל שינוי בארבעת הסעיפים הקודמים.





## מתי מומלץ לפנות לרופא עור?

- אנשים בעלי שומות מרובות ו/או מולדות ואנשים עם סיפור אישי או משפחתי של סרטן העור צריכים להיבדק לפחות אחת לשנה.
- אם זיהיתם נקודות חשודות, בעלות סימן אחד או יותר מ'חמש הגימ"לים'.
- כשמבחינים בנקודת חן חדשה (ככתם שטוח או גבשושית) שהולכת וגדלה בהתמדה.
- כאשר יש פצע שלא נרפא.

**במקרה שהבחנתם בסימנים אלה חשוב לפנות ללא דיחוי לבדיקה אצל רופא עור. הרופא יחליט אם יש להסירה לצורך בדיקה פתולוגית אשר תקבע את טיבה.**

**בכל מקרה של ספק,**

**מומלץ לגשת ולהיבדק!**



זכרו את המלצות האגודה למלחמה בסרטן  
להתנהגות חכמה בשמש:



משקפי  
שמש



כובע



חיפוש  
צל



שתייה



מסנן  
קרנה



שעות  
בטוחות



ביגוד

לקבלת מידע נוסף וחומרי הסברה ללא תשלום  
ניתן לפנות בשיחת חינם ל"טלמידע" של  
האגודה למלחמה בסרטן 1-800-599-995

**תודתנו נתונה לד"ר פליקס פבלוצקי,**

מנהל מכון הפוטותרפיה ואשפוז היום הדרמטולוגי,  
מחלקת עור, המרכז הרפואי שיבא, תל השומר,  
ויועץ האגודה למלחמה בסרטן,  
**על הערותיו והארותיו**



האגודה למלחמה בסרטן - לחיים בריאים



[www.cancer.org.il](http://www.cancer.org.il)

התכנים המופיעים בעלון זה נועדו לספק מידע בלבד ואינם בגדר עצה רפואית, חוות דעת מקצועית או תחליף להתייעצות עם מומחה בכל תחום. במקרה של בעיה רפואית כלשהי יש לפנות לרופא/ה.

© כל הזכויות שמורות, האגודה למלחמה בסרטן בישראל (ע"ר), מארס 2017