**2 MAJ 2022**

**“DITA BOTËRORE E MELANOMËS”**

 *Dita Botёrore e Melanomës ka si synim të rrisë ndërgjegjësimin e popullatës ndaj kancerit tё lёkurёs.*

Melanoma është një nga llojet më të rrezikshme të kancerit të lëkurës. Ajo zhvillohet në qelizat ku prodhohet melanina, pigmenti që përcakton ngjyrën e lëkurës sonë. Njohja e simptomave të para të këtij lloj kanceri mundëson zbulimin dhe trajtimin e tij, përpara se sëmundja të përhapet. Melanoma mund të trajtohet suksesshëm, nëse zbulohet në kohë. Shkaku i melanomës nuk është i qartë.

Ekspozimi ndaj rrezeve ultravjollcë (UV) të diellit apo solarëve rrit shumë rrezikun e zhvillimit të këtij lloj kanceri.

Faktor rrezikues është edhe komponenti gjenetik, i cili luan gjithashtu një rol të rëndësishëm.

Melanoma mund të zhvillohet në të gjithë trupin, por më shpesh ajo zhvillohet në zonat që kanë një përqindje të lartë ekspozimi në diell, si shpina, këmbët, krahët dhe fytyra.

Mund të ndodhë që ajo të zhvillohet në sipërfaqe më pak të ekspozuara ndaj diellit, si shputa e këmbës, palma e duarve, thonjtё, membranat mukoze të organeve kavitare si goja, rektumi, vagina etj.

Melanoma mund të formohet gjithashtu në sy e quajtur ndryshe melanoma okulare dhe rrallë në organet e brendshme si p.sh.: zorrët. Këto melanoma të fshehura janë më të zakonshme në individët më lëkurë të errët.

**Kush është më i rrezikuar**

Personat më të rrezikuar janë ata që kanë:

***-Lëkurë të bardhë***

Të kesh më pak pigment melanine në lëkurë do të thotë të kesh më pak mbrojtje ndaj rrezeve UV. Nëse keni flokë biondë apo të kuq, quka apo digjeni shpejt nën rrezet e diellit, ju keni më tepër mundësi të zhvilloni melanoma.

***-Djegie nga dielli***

Një apo më shumë episode të djegies së lëkurës nga rrezet e diellit në fëmijërinë tuaj mund të rrisin rrezikun e melanomës në moshën adulte.

***-Ekspozim*** të tepruar ndaj rrezeve ultravjollcë të diellit, i cili rrit rrezikun e zhvillimit të kancerit të lëkurës.

***-Nishane të shumta apo nishane të pazakonta në pjesë të ndryshme të trupit***

Të paturit më shumë se 50 nishane të zakonshme në trup tregon një rrezik të lartë për të zhvilluar melanomë. Gjithashtu, edhe ekzistenca e nishaneve të pazakonta tregon për një tendencë ndaj mundësisë së zhvillimeve malinje në lëkurë.

***-Histori familjare të melanomës***

Nëse një i afërm, prind, fëmijë apo vëlla ka patur melanomë, individi ka një mundësi më të madhe për ta zhvilluar atë.

***-Sistem imunitar të dobësuar***

Në këtë kategori futen të gjithë pacientët me HIV/AIDS dhe ata që i janë nënshtruar një transplanti.

**Parandalimi dhe zbulimi i hershëm**

Masa më e rëndësishme për parandalimin e kancerit të lëkurës është një mbrojtje efektive nga rrezet ultravjollcë:

* Të shmanget me çdo kusht djegia nga dielli.
* Të qëndrohet në hije në orën 11 - 15, atëherë kur ngarkesa me rreze UV është më e madhe.
* Të mbahen kapelë, syze dielli dhe rroba të përshtatshme.
* Të përdoret krem me faktor të lartë mbrojtës.
* Të mos ekspozohen kurrë drejtpërdrejt në diell, foshnjat deri në moshën njëvjeçare.
* Veçanërisht fëmijët ёshtё mirë të mbrohen nga dielli.

**Fakte rreth kancerit të lëkurës**

* Shkaktari parësor i kancerit të lëkurës është ekspozimi ndaj rrezeve ultravjollcë në diell.
* Ekspozimi i paktë ndaj rrezeve ultravjollcë është i dobishëm për njerëzit, dhe luan një rol të domosdoshëm në prodhimin e vitaminës D.
* Çdo vit diagnostikohen rreth 130 000 melanoma malinje në gjithë rruzullin.
* Ekspozimi i shpeshtë dhe djegiet e shpeshta të lëkurës nga dielli në fëmijëri mund të shkaktojnë dëmtime të pakthyeshme, të cilat më pas mund të bëhen shkak për shfaqjen e kancerit të lëkurës.
* Njerëzit me lëkurë të errët kanë mundësi më të pakta për shfaqjen e kancerit të lëkurës, por ata përsëri preken nga dëmtimet e shkaktuara nga ekspozimi në diell, kryesisht te sytë dhe sistemi imunitar.