



Trzy szkoły ponadgimnazjalne powiatu ostródzkiego poparły inicjatywę ogólnopolskiej akcji profilaktyki w zakresie czerniaka skóry. Chociaż zainteresowanie czerniakiem, rośnie, to świadomość Polaków na jego temat jest wciąż niska. Aby w jeszcze większym stopniu upowszechnić wiedzę o tym nowotworze, Akademia Czerniaka zainaugurowała program profilaktyczno-edukacyjny „Znamie! Znam je?”. W jego ramach co roku odbywa się także Tydzień Świadomości Czerniaka, który ma zachęcić społeczeństwo do regularnego badania skóry oraz przestrzegania podstawowych zasad ochrony przed czerniakiem.

W programie profilaktyczno-edukacyjnym „Znamie! Znam je” wzięły udział trzy szkoły powiatu ostródzkiego tj. Zespół Szkół Zawodowych im. Stanisława Staszica i CKU w Ostródzie, Zespół Szkół Rolniczych im. Wincentego Witosa w Ostródzie oraz Zespół Szkół Zawodowych i Ogólnokształcących im. 9 Drezdeńskiej Brygady Artylerii i PPP w Morągu. Od września 2018 roku do 1 marca 2019 roku, odbyło się 31 zajęć lekcyjnych poświęconych profilaktyce czerniaka skóry, w których wzięło udział 564 uczniów. Ponadto szkolna wykonała ulotki oraz gazetki informacyjne, które zostały wywieszane w przychodniach zdrowia. Kampania Tygodnia Świadomości Czerniaka ma za zadanie uświadomić Polakom czym jest czerniak i jakie są jego zagrożenia, kto jest najbardziej narażony na zachorowanie oraz jak skutecznie bronić się przed nowotworem.

Organizatorem kampanii jest Studenckie Koło Naukowe Onkoma przy Klinice Gastroenterologii Onkologicznej w Centrum Onkologii – Instytucie im. Marii Skłodowskiej – Curie w Warszawie we współpracy z Akademią Czerniaka – sekcją naukową Polskiego Towarzystwa Chirurgii Onkologicznej.

Więcej informacji można znaleźć na stronie internetowej: <https://akademiaczerniaka.org.pl/>

Źródło informacji: Lek. Michał Siwik - Studenckie Koło Naukowe Onkologiczne Kliniki Gastroenterologii Onkologicznej

Zachęcamy Państwa do zapoznania się z poniższymi publikacjami.

IV0avSgljsg

**Znamie! Znam je?**  
co musisz wiedzieć o czerniaku skóry

**Co to jest czerniak?**  
Czerniak jest nowotworem złośliwym skóry. Może pojawić się na skórze, ale także w drogich narządach, takich jak płuca, wątroba, kości czy mózg. Czerniak charakteryzuje się agresywnym wzrostem oraz możliwością tworzenia przerzutów, które są trudne w leczeniu. Tymczasem, wczesne czerniaki, kiedy choroba nie jest jeszcze zaawansowana, pozwala na wyliczenie ponad 80% chorych. Dlatego tak ważne jest szybkie i prawidłowe rozpoznanie tego nowotworu.

**Czy jestem w grupie podwyższonego ryzyka?**  
Zagrożenie zachorowaniem na czerniaka wzrasta, jeżeli:  
• Składasz parę barwną, rubin lub blond włosy, niebieskie oczy, ładne plamy  
• Masz dużą liczbę znamion barwnikowych, znamion w miejscach drażnienia  
• Częstośi oparzeń słonecznych, szczególnie w dzieciństwie  
• Słabo tolerujesz słońce, opalasz się z dużym trudem lub w ogóle  
• W rodzinie występowania przypadki czerniaka lub inne nowotwory skóry  
• Korzystasz z solarium

**Na co musisz zwracać uwagę?**  
Poznaj ABCDE czerniaka  
Czerniaki mają wiele cech charakterystycznych, które pomagają w ich rozpoznaniu.

<b>A</b> asymetria nie powinna „obrotować” okół swojej osi	<b>B</b> brzoło niejednolite, nieprzewidywalne, nieprzebiegłe ograniczenie	<b>C</b> ciężar niejednolite barwy niejednolity kolor	<b>D</b> długość niepowinno przebiegać poniżej 5mm	<b>E</b> wygląd nie powinien zmieniać się w sposób niezwykły
---	---	--	---	---