

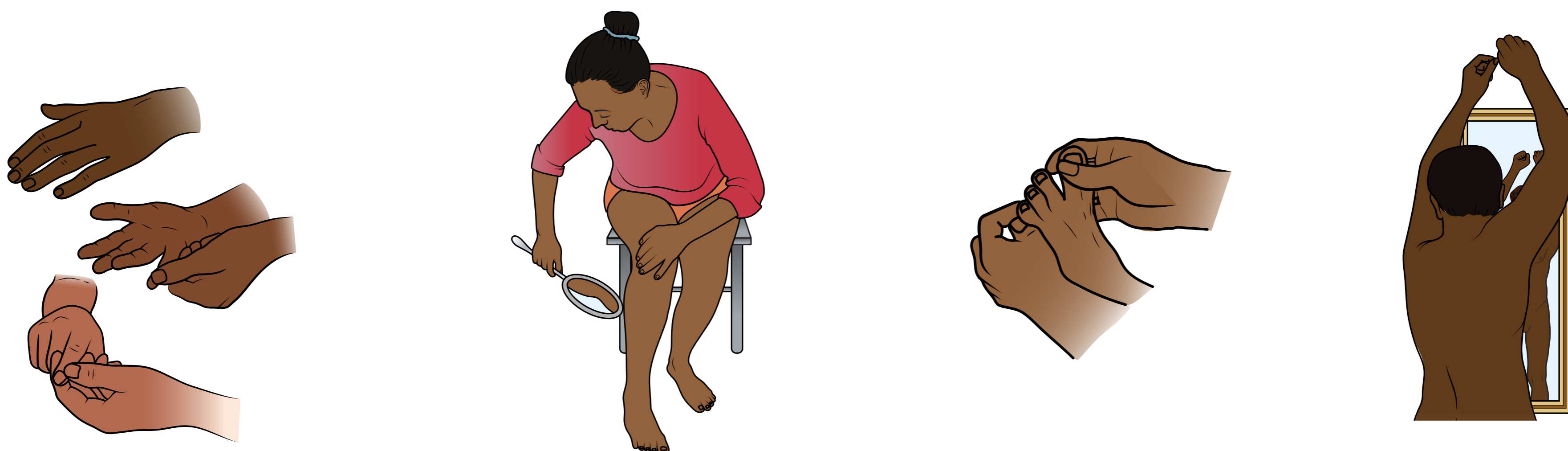


Dermatology

Prévention du Cancer de la Peau

Le cancer de la peau peut toucher tous les types de peau. Même si vous avez une peau noire ou mate, vous pouvez développer un cancer cutané. Vous pouvez développer un cancer de la peau sur toute la surface de votre corps, qu'elle soit exposée au soleil ou non.

L'auto-examen et la prévention sont donc essentiels.



Conseils pratiques pour l'auto-examen

- Examinez-vous une fois par mois dans une pièce bien éclairée par la lumière naturelle.
- Examinez attentivement toute la surface de votre corps.
- Veillez à examiner également les parties du corps difficiles d'accès.
- Utilisez un miroir ou demandez de l'aide à une personne de confiance pour l'arrière du corps.

Prévention - Protégez-vous du soleil autant que possible

- Au soleil, couvrez toujours votre corps avec des vêtements et portez un chapeau.
 - Dans la mesure du possible, portez des lunettes de soleil et utilisez une bonne protection solaire.
- Ceci est particulièrement important pour les enfants.

Portez une attention particulière aux parties de votre corps qui peuvent être les plus à risque

- Les orteils et la plante des **pieds** ; les doigts et la paume des **mains** : vérifiez la présence ou l'évolution de taches et grains de beauté foncés, roses ou saignants, ou de bosses qui changent d'aspect.
- Les **ongles** des doigts et des orteils. Vérifiez la présence de taches ou de lignes sombres qui s'épaississent ou détruisent l'ongle.

Prenez garde également aux **plaies** qui ne cicatrisent pas.

Si vous remarquez quelque chose de nouveau, de changeant (couleur, taille, forme) ou d'inhabituel sur votre peau, contactez votre médecin ou un service de santé.



Nous remercions le professeur Willie Visser, Chef du service de dermatologie à l'Université de Stellenbosch, Tygerberg Academic Hospital, Cape Town, Afrique du Sud pour son soutien.