

PROTECȚIA SOLARĂ – UN PAS IMPORTANT SPRE SĂNĂTATE!

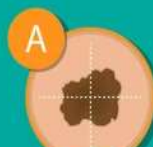
CONTROLAȚI REGULAT PIELEA DUMNEAVOASTRĂ ȘI A COPIILOR DUMNEAVOASTRĂ!

August 2022

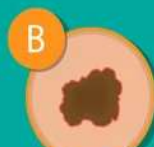
Material adresat populației generale și părinților

Nu ignorați o aluniță care crește, sângerează, prezintă cruste, este pruriginoasă (mânâncă) sau doare!

„ABCDE” vă ajută să analizați modificările alunițelor pe care le aveți sau nou apărute. Spuneți medicului dumneavoastră dacă observați chiar și unul dintre aceste aspecte:



Asimetrie



Bordură neregulată



Culoare inegală

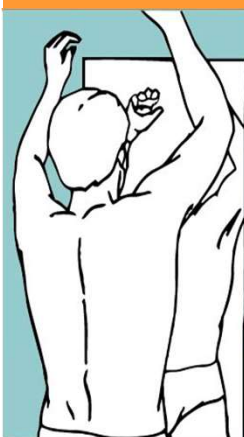


Diametru $6 > \text{mm}$



Evoluție (o aluniță care arată diferit de restul sau își schimbă mărimea, forma, culoarea)

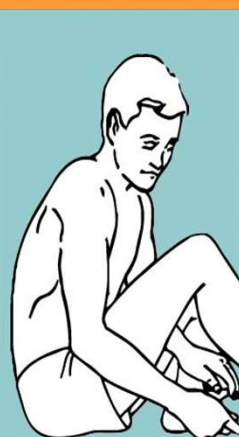
Autoexaminarea pentru depistarea cancerului de piele **PAS CU PAS**



Examinează-ți corpul într-o oglindă mare. Examinează-ți **corpul în față și în spate** în oglindă, apoi privește **părțile laterale** cu brațele ridicate.



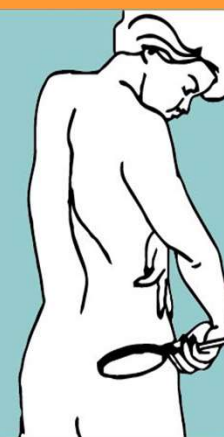
Îndoiaie coatele și privește cu atenție **antebrațele, zona subrațelor și palmele**.



Analizează **picioarele**. Verifică partea din **spate, față, și părțile laterale ale picioarelor**. Nu uita de **unghii, tălpi și spațiile dintre degetele de la picioare**.



Examinează partea din spate a **gâtului** și a **scalpului** cu o oglindă de mână. Desparte părul pentru a te uita mai atent la scalp.



În cele din urmă, verifică-ți **spatele și fesele** cu o oglindă de mână.



MINISTERUL SĂNĂTĂȚII



CNFRPSS
CENTRUL NAȚIONAL DE EVALUARE ȘI PROMOVARE A SĂNĂTĂȚII ȘI EDUCAȚIE PENTRU SĂNĂTATE
Bd. DE LIBERTATE NR. 125, SECTORUL 5, BUCUREȘTI



CENTRUL REGIONAL DE SĂNĂTATE PUBLICĂ CLUJ