

MINDENYKI ÉRINTETT

BŐRRÁKRÓL VAN SZÓ

MELANOMA BÁRMILYEN KORÚ, SZÁRMAZÁSÚ,
FÉRFI ÉS NŐI ÉS BŐRSZÍNŰ EMBERT ÉRINTHET.
KÖZÖSSÉGI SZÉNYTÍPUSÚAK, AZ 50 ÉV FELETTIEK
KÖZÜL KÜLÖNÖSEN A FÉRFIAK AZONBAN NAGYOBB
KOCKÁZATNAK VANNAK KITÉVE.

90 %

**A BŐRRÁKOKNAK
KÖZVETLENÜL ÖSSZEFÜGG
A NAPSÜTÉSNEK VALÓ
KITETTSÉGGEL**

50 %

**NEM HISZI, HOGY
A FÉNYVÉDŐ VÉD
A BŐRRÁK ELLEN**

1,5 M

**ÚJ DIAGNOSZTIZÁLT
BŐRRÁK
VILÁGSZERTE 2020-BAN**

+120 K

**HALÁLOZÁS
A BŐRRÁK MIATT
VILÁGSZERTE
2020-BAN**

PRAKTIKUS TANÁCSOK

A BŐRRÁK MEGELŐZÉSÉRE



- ☀️ Légy óvatos a napon, tartsd be az alapszabályokat, azaz ne menj napra a déli órák folyamán, hordj kalapot és viselj megfelelő ruházatot.
- ☀️ Ovd a bőröd széles spektrumú, legalább 30 faktoros fényvédővel.
- ☀️ Ellenőrizd rendszeresen az anyagegyeid az ABCDE módszer segítségével (és fordulj bőrgyógyászhoz vagy a háziorvosodhoz, ha bármilyen gallyod támad).
- ☀️ Látogass el rendszeresen a bőrgyógyászhoz.

Fedezze fel
a védelem széles választékát



TANULD MEG.

HOGYAN ELLENŐRIZD AZ ANYAJEGYEIDET AZ ABCDE MÓDSZERREL

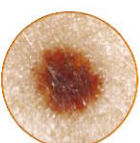
ANYAJEGY

MELANÓMA

A

Asymmetry

(aszimmetria)



SZIMMETRIKUS



ASZIMMETRIKUS

B

Border

(szélek)



SZABÁLYOS



SZABÁLYTALAN

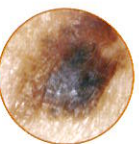
C

Color

(szín)



EGYSÉGES



TÖBBFELE

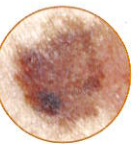
D

Diameter

(méret)



KIS MÉRET
(< 6 mm)

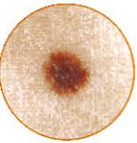


NAGY MÉRET
(> 6 mm)

E

Evolution

(változás)



NINCS VÁLTOZÁS
MÉRETBEN, SZÍNIBEN
VAGY VASTAGSÁGÁBAN



VÁLTOZÁS MÉRETBEN,
SZÍNIBEN VAGY
VASTAGSÁGÁBAN

HOGYAN

A BŐRÖD?

1



AR

Kez
fele
hajs

2



KAT

Visz
vala
a hó

3



NYA

A ny
am

4



HAT

Ezut
meg
a fer
az al

5



LÁB

Vége
aláb
a köt