

Le mélanome est une forme rare de cancer de la peau, mais c'est aussi le plus dangereux, car il peut se répandre dans le reste du corps.

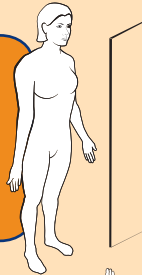
LE MÉLANOME

UNE FORME DE CANCER DE LA PEAU

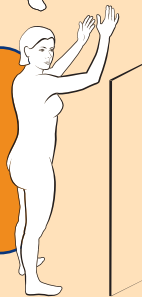
SAVOIR LE RECONNAÎTRE PEUT SAUVER UNE VIE

Les cinq étapes de L'AUTO-EXAMEN DE LA PEAU

1 Installez-vous devant un miroir dans une pièce bien éclairée. Examinez le devant de votre corps : le visage, le cou, les épaules, les bras, la poitrine, les cuisses et les jambes.



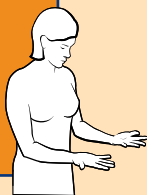
2 Tournez-vous de côté, levez vos bras et examinez les côtés de votre corps, y compris sous les bras.



3 À l'aide d'un miroir à main, examinez le haut de votre dos, l'arrière de votre cou et votre cuir chevelu. Examinez ensuite le bas de votre dos, vos fesses, l'arrière de vos cuisses et vos mollets.



4 Examinez vos avant-bras, vos paumes, le dos de vos mains et vos ongles. Regardez bien entre les doigts.

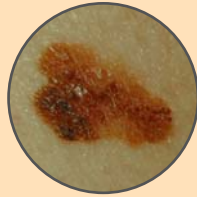


5 Enfin, examinez vos pieds : le dessus et la plante du pied, les ongles et les orteils. Regardez bien entre les orteils.



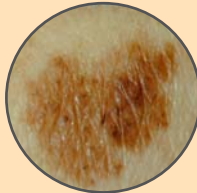
Pour plus de renseignements, consulter www.dermatologue.ca

l'ABCDE du mélanome



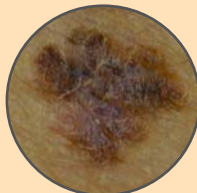
A ASYMÉTRIE

Différence de forme entre les deux côtés de la lésion.



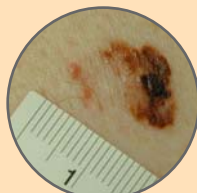
B BORDURE

Le contour visible de la lésion est irrégulier et indistinct.



C COULEUR

La lésion présente des variations de couleur, avec des zones brunes, noires, rouges, grises ou blanches.



D DIAMÈTRE

La croissance est typique d'un mélanome; le mélanome mesure le plus souvent 6 mm ou plus, mais on en trouve de plus petits.



E ÉVOLUTION

On constate une modification de la couleur, de la taille, de la forme ou des symptômes (par exemple, démangeaison, sensibilité ou saignement).

Photos fournies par Dr Joël Claveau

PROTÉGEZ-VOUS !

La meilleure façon de se protéger consiste à :

- connaître votre degré de risque : les facteurs de risque sont bien connus;
- savoir reconnaître tôt les signes de mélanome (voir l'ABCDE du mélanome) et savoir pourquoi et comment examiner votre peau;
- se protéger du soleil du printemps jusqu'à l'automne et éviter les lits de bronzage;
- examiner votre peau tous les mois;
- consulter un médecin si vous repérez des taches suspectes.



Les dermatologues
VOS

spécialistes de la PEAU

Association canadienne de dermatologie
Canadian Dermatology Association