

Skin Cancers Factsheet



What is Skin Cancer?

Skin cancer is an abnormal growth of skin cells, most often develops on skin exposed to sun, but it can also occur on an area that isn't normally exposed to sun.

How Does Skin Cancer Develop?

Skin cancer develops when errors (mutations) occur in the DNA of skin cells. The mutations cause the cell to grow out of control and form a mass of cancer cells.

What are the Types of Skin Cancers and how do they appear?

Skin cancers are classified into Melanoma and Non-melanoma skin cancer. There are many types of skin cancer, but the major 3 types are:

1- Basal cell carcinoma (BCC) – slow growing skin lesions. Features include;

- Ulcer with raised rolled edge Prominent fine blood vessels
- Pearly or waxy nodule
- Scar like Telangiectatic patch with vague border
- Pigmented slow growing nodule
- Never healing ulcer

2- Squamous cell carcinoma (SCC) - appear as;

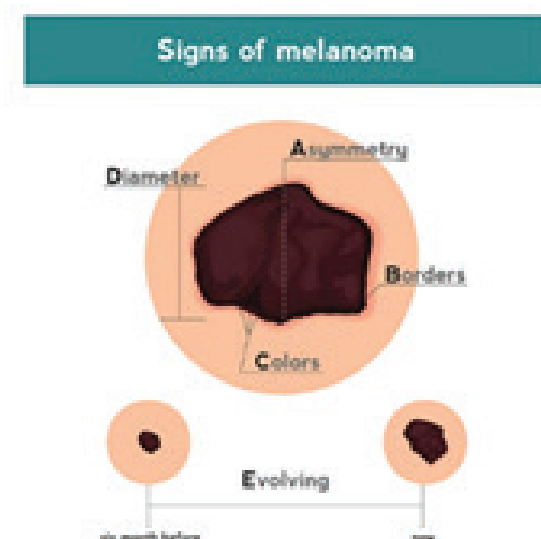
- Non-healing, keratinizing or crusted lesions
- Hyperkeratotic warty surface with induration
- Ulcer arising on previous scar or on an old burn (Marjolin's ulcer)

3- Malignant Melanoma (MM)

One third of melanomas appears in or near to a mole that already exists. Nevertheless, they can appear anywhere on your skin even on skin that has not been exposed to sun.

Melanoma ABCDE'S signs;

- **A**symmetry
- **B**order irregularity
- **C**olor variation may, may not be present in Amelanotic melanoma
- **D**iameter more than 6mm but melanoma can still be diagnosed in less than this size
- **E**volving which is change in size, color, elevation or bleeding



What are the Risk factors?

Anyone, regardless of skin color, can get skin cancer. Factors that may increase your risk of skin cancer include:

- Fair skin: means less pigment and less protection from damaging UV radiation.
- Excessive sun and Ultraviolet exposure: inclusive of tanning lamps and beds.
- History of sunburn in childhood, teenager, and in adulthood.
- Sunny or high-altitude climates: people are exposed to more sunlight and more radiation.
- Precancerous skin lesion: known as actinic keratosis. These typically appear as rough, scaly patches that range in color from brown to dark pink. Most common on the face, head and hands of fair-skinned people.
- A family history of skin cancer.
- A personal history of skin cancer.
- Immunosuppressive conditions: this includes people with HIV/AIDS and those taking immunosuppressant drugs after an organ transplant.
- Exposure to radiation: treatment for skin conditions such as eczema and acne may have an increased risk of basal cell carcinoma.
- Exposure to certain substances: such as arsenic.
- Moles: People with many moles or abnormal moles are at increased risk of skin cancer.

How to Prevent Skin Cancer?

Most skin cancers are preventable. To protect yourself, follow these skin cancer prevention tips:

- Avoid the sun during the middle of the day between about 10 a.m. and 4 p.m.
- Avoid tanning beds.
- Wear sunscreen year-round: Use a broad-spectrum sunscreen with an SPF of at least 30, even on cloudy days. Apply sunscreen generously and reapply every two hours.
- Wear protective clothing: cover your skin with dark, tightly woven clothing that covers your arms and legs, and a broad-brimmed hat. Don't forget sunglasses.
- Be aware of sun-sensitizing medications. Some common prescription and over-the-counter drugs, including antibiotics, can make your skin more sensitive to sunlight.
- Check your skin regularly and report changes to your doctor (like moles, freckles, bumps and birthmarks).

When to See a Doctor?

Not all skin changes are caused by skin cancer. If you notice any changes to your skin that worry you or any of the signs mentioned in this fact sheet. Consult your primary care physician who will refer you promptly to a specialized Dermatologist that will investigate your skin changes.

For Further information on how to book an appointment with PHCC Clinic, please call 107 or 16060 (Nesm'ak) for HMC appointments.



نشرة الحقائق التثقيفية عن سرطان الجلد

التوعية بسرطان الجلد



كيف يحدث سرطان الجلد؟

يحدث سرطان الجلد عندما تطرأ تغييرات أو تحدث طفرات في الحامض النووي لخلايا الجلد. وتؤدي هذه الطفرات إلى نمو الخلايا بشكل خارج عن السيطرة وتكوين كتلة من الخلايا السرطانية.

ما هو سرطان الجلد؟

سرطان الجلد هو نمو غير طبيعي لخلايا الجلد، غالباً ما يصاب به الجلد الذي يتعرض للشمس ولكن يمكن أن تصاب أي منطقة أخرى لا تتعرض للشمس.

ماهي أنواع وأعراض سرطان الجلد؟

يصنف سرطان الجلد إلى نوعين؛ سرطان الجلد الميلانيني وغير الميلانيني. وتوجد أنواع عديدة من سرطان الجلد ولكن الأنواع الثلاثة المنتشرة هي:

1. سرطان الخلايا القاعدية وتكون الأعراض كالتالي:

- قرحة مع حافة مرتفعة وتكون الأوعية الدموية الصغيرة مرئية
- عقدة شمعية أو بيضاء
- بقعة متوسعة الشعيرات على شكل ندبة ليس لها حدود واضحة
- عقدة مصطبغة بطيئة النمو
- قرحة غير قابلة للشفاء

2. سرطان الخلايا الحرشفية وتكون الأعراض كالتالي:

- آفات قديمة أو كيراتينية أو متقشرة متصلة
- سطح ثؤلولي مفرط التقرن مع تصلبه
- قرحة تحدث فوق ندبة قديمة أو على حرق قديم (قرحة مارجولين)

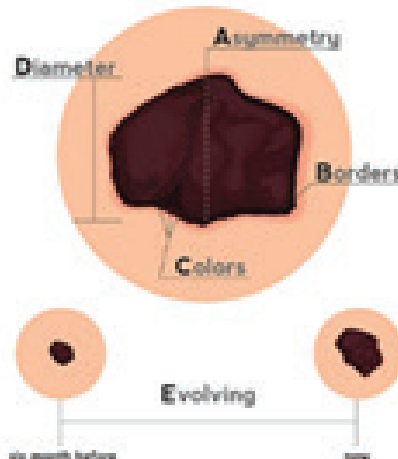
3. الورم الميلانيني الخبيث

حوالي ثلث الأورام الميلانينية تظهر في شامة موجودة مسبقاً في الجلد أو بالقرب منها. يمكن أن يظهر الورم الميلانيني في أي منطقة في الجلد حتى المناطق التي لا تتعرض للشمس.

يرمز لعلامات وجود ورم ميلانيني بالأحرف ABCDE

- A للشكل غير المتماثل
- B للحواف غير المنتظمة
- C للتغيرات في اللون؛ قد لا يظهر تغير في اللون في الورم الميلانيني عديم الميلانين
- D للقطر؛ يكون أكثر من 6 مم لكن قد يشخص الورم الميلانيني بأقل من هذا الحجم
- E للتطور أي التغير في الحجم أو اللون أو الارتفاع أو حدوث نزيف

Signs of melanoma



ما هي عوامل الخطر؟

يمكن لأي شخص الإصابة بسرطان الجلد باختلاف لون البشرة. تتضمن العوامل التي قد تزيد من خطر الإصابة بسرطان الجلد ما يلي:

- البشرة الفاتحة: يعني صبغة أقل وحماية أقل من الأشعة فوق البنفسجية الضارة.
- التعرض المفرط لأشعة الشمس والأشعة فوق البنفسجية: ويشمل ذلك التعرض لأضواء وأجهزة التسمير.
- الإصابة بحروق الشمس في مرحلة الطفولة والمراهقة وفي مرحلة البلوغ.
- المناخ المشمس أو المناطق المرتفعة: حيث يتعرض الأشخاص لمزيد من أشعة الشمس والإشعاع.
- آفات ما قبل السرطان: تعرف باسم القرين الشعاعي. عادة ما تظهر حالات نمو الجلد السرطانية هذه في صورة بقع متقشرة اللون تتراوح بين اللون البني إلى اللون الوردي الداكن. وتكون أكثر شيوعاً في الوجه والرأس واليدين للأشخاص ذوي البشرة الفاتحة.
- تاريخ عائلي للإصابة بسرطان الجلد.
- تاريخ شخصي للإصابة بسرطان الجلد.
- حالات تثبيط المناعة: ويشمل ذلك الأشخاص المصابين بفيروس نقص المناعة البشرية/الإيدز وكذلك الذين يتناولون عقاقير مثبطة للمناعة بعد زراعة الأعضاء.
- التعرض للإشعاع: قد يتعرض الأشخاص الذين تلقوا علاجاً إشعاعياً لأمراض الجلد مثل الأورام وحب الشباب إلى زيادة خطر الإصابة بسرطان الجلد، وخاصة سرطان الخلايا القاعدية.
- التعرض لمواد معينة: مثل الزرنيخ.
- الشامات: الأشخاص الذين لديهم العديد من الشامات أو الشامات الشاذة يكونون أكثر عرضة للإصابة بسرطان الجلد.

كيف يمكن الوقاية من سرطان الجلد؟

يمكن الوقاية من معظم سرطانات الجلد. لحماية نفسك، اتبع نصائح الوقاية من سرطان الجلد التالية:

- تجنب أشعة الشمس خلال منتصف النهار بين الساعة ١٠ صباحاً والساعة ٤ مساءً.
- تجنب أجهزة تسمير البشرة.
- استخدم الكريم الواقي من الشمس على مدار السنة: استخدم كريم واق من أشعة الشمس واسع لا يقل عن ٣٠، حتى في الأيام الملبدة بالغيوم. ضع الكريم الواقي من (SPF) الطيف مع عامل حماية من الشمس الشمس بسخاء، ثم كرر وضعه كل ساعتين.
- ارتدي ملابس واقية: قم بتغطية بشرتك بالملابس الداكنة والمنسوجة بإحكام والتي تغطي ذراعيك وساقيك، وقبعة عريضة الحواف، ولا تنسى النظارات الشمسية.
- كن على دراية بالأدوية التي تسبب حساسية ضد الشمس: بعض الوصفات الشائعة والأدوية التي لا تحتاج إلى وصفة طبية، بما في ذلك المضادات الحيوية، يمكن أن تجعل بشرتك أكثر حساسية تجاه أشعة الشمس.
- افحص بشرتك بانتظام وأبلغ طبيبك عن التغييرات (مثل الشامات والنمش والنتوءات والوحمات).

متى يجب زيارة الطبيب؟

لا تحدث جميع التغييرات الجلدية بسبب سرطان الجلد. إذا لاحظت أي تغييرات على جلدك بشكل مثير للقلق أو أي من العلامات السابق ذكرها في ورقة الحقائق هذه، استشر طبيب الرعاية الأولية الذي سيحيلك على الفور إلى أخصائي الأمراض الجلدية والذي سيتحقق بدوره من تلك التغييرات التي طرأت على بشرتك.

لمزيد من المعلومات حول كيفية حجز موعد مع طبيبك، يرجى الاتصال بمؤسسة الرعاية الصحية الأولية على الرقم 107 أو بالمراكز التابعة لمؤسسة حمد الطبية على خدمة نسمك على الرقم 16060