

سرطان الجلد

Skin Cancer

Skin cancer is the most common type of cancer in the United States. It is normal for your body to replace old cells with new ones. Sometimes skin cells keep dividing when new cells are not needed and skin cancer occurs.

سرطان الجلد أكثر أنواع السرطان شيوعاً في الولايات المتحدة. من الطبيعي أن يقوم الجسم باستبدال الخلايا القديمة بخلايا جديدة. ولكن في بعض الأحيان تواصل خلايا الجلد انقسامها عند الحاجة إلى الخلايا الجديدة وهو ما يؤدي إلى الإصابة بسرطان الجلد.

Risk Factors

Anyone, including people with dark skin, hair and eyes, can develop skin cancer, not just those at higher risk. You are at higher risk if you have:

- Spent a lot of time in the sun
- Family members with skin cancer
- Certain types or a large number of moles
- Skin that burns or freckles in the sun
- Light-colored skin, hair and eyes

Prevention

- Avoid being in the sun from 10 AM to 4 PM.
- Wear clothing such as a hat, long sleeves and pants to block the sun's rays.
- Use a sunscreen with a sun protection factor (SPF) of 15 or higher year round when you are going outside. Reapply as directed on the bottle.
- Learn to know what skin cancer looks like.
- Check your skin monthly. Report any changes to your doctor.

عوامل الخطر

ومن الممكن أن يصاب أي شخص بسرطان الجلد، بما في ذلك الأشخاص ذوي البشرة الداكنة، والشعر الداكن والعينين الداكنتين، ولا يقتصر الأمر على الأشخاص الأكثر عرضة للإصابة. قد يكون الشخص أكثر عرضة للإصابة في الحالات التالية:

- قضاء وقت طويل في الشمس
- إصابة أي من أفراد الأسرة بسرطان الجلد
- وجود أنواع معينة من الشامات أو عدد أكبر منها
- البشرة التي تحترق أو تصاب بنمش في الشمس
- الأشخاص ذوي البشرة الفاتحة، والعيون الفاتحة والعيون الفاتحتين.

الوقاية

- تجنب التعرض للشمس من الساعة 10 صباحاً وحتى الساعة 4 مساءً.
- ارتدي بعض الملابس المعينة مثل القبعات، أو الأكمام الطويلة والسراويل لمنع أشعة الشمس من الوصول إلى الجلد.
- استخدم كريمات للوقاية من الشمس (SPF) بمعدل حماية 15 أو أكثر طوال العام عند الخروج. كرر الاستخدام حسب التعليمات الواردة على العبوة.
- تعلم كيفية التعرف على شكل سرطان الجلد.
- تحقق من البشرة كل شهر. أبلغ الطبيب عن أية تغيرات.

- If you are at risk, see a doctor who specializes in the skin called a dermatologist each year for a skin exam.

- إذا ما كنت مريضاً، اذهب إلى الطبيب المتخصص في البشرة يطلق عليه اسم أخصائي أمراض الجلد كل عام لفحص البشرة.

There are 3 major types of skin cancer:

توجد ثلاث أنواع من سرطان الجلد:

Basal Cell Carcinoma (BCC):

This is the most common. This cancer grows in the basal cells in the lowest layer of the skin. This type grows slowly and rarely spreads to other parts of the body, but early treatment is needed. This type appears on skin exposed to the sun such as the face, ears, scalp and upper body. Look for:

- Shiny or pearly bumps or growths
- A sore that heals and then re-opens
- A pink, slightly raised growth
- Red, irritated patches of skin
- A waxy scar

سرطان الخلية القاعدية (BCC):

وهو أكثر الأنواع شيوعاً. ينمو هذا السرطان في الخلايا القاعدية في أدنى طبقات الجلد. ينمو هذا النوع ببطء، ونادراً ما ينتشر إلى أجزاء الجسم الأخرى، ولكن يلزم العلاج المبكر. هذا النوع يظهر في البشرة الأكثر عرضة للشمس مثل الوجه، والأذنين، وفروة الرأس، والجزء العلوي من الجسم. ابحث عن:

- نتوءات أو أجزاء لامعة أو لؤلؤية
- بثرة تلتئم ثم تفتح من جديد
- جزء وردي مرتفع قليلاً
- أجزاء حمراء ملتهبة من الجلد
- ندبة شمعية

Squamous Cell Carcinoma (SCC):

This cancer grows in the squamous cells in the upper layer of the skin. This type can be found anywhere including the inside of the mouth and the genital area. Get early treatment to prevent the spread of this cancer. Look for a crusty or scaly patch of skin often with a red base.

سرطان الخلية الحرشفية (SCC):

هذا النوع من السرطان ينمو في الخلايا الحرشفية في الطبقة العلوية من الجلد. هذا النوع قد يظهر في أي مكان بما في ذلك داخل الفم وفي المناطق الحساسة. ينصح بالعلاج المبكر للوقاية من انتشار هذا السرطان. ابحث عن جزء منقشر أو حرشفي من البشرة وعادة ما يكون ذو قاعدة حمراء.

Melanoma:

This type begins in the skin cells that give skin its color. Melanoma can spread quickly to other tissues and organs. The cure rate is high with early treatment.

Look for changes in moles or new moles where:

- One half of the mole does not match the other half.

الميلانوما:

هذا النوع يبدأ في خلايا الجلد ويضفي على الجلد لونه. الميلانوما تنتشر بسرعة إلى الأنسجة والأعضاء الأخرى. ترتفع نسبة الشفاء مع العلاج المبكر.

ابحث عن تغيرات في الشامات، أو شامات جديدة بحيث أن:

- نصف الشامة لا تتناسب مع النصف الآخر.

- The edges of the mole are uneven or ragged.
- The color is uneven with more than one shade or color present.
- The size is larger than a pencil eraser or there is any change in size.
- There are changes in the way it feels. It may itch, feel dry, lumpy, swollen or tender.

- كما أن حواف الشامخة تكون غير متساوية أو متهرئة.
- كما يكون اللون غير موحد، وعادة ما تحتوي هذه الشامات على أكثر من درجة ظلال أو لون.
- ويكون الحجم أكبر من ممحاة القلم الرصاص، أو يكون هناك أي تغيير في الحجم.
- كما يتغير الملمس. قد تشعر بحكة أو جفاف، أو تكتل، أو التهاب، أو رخاوة في ذلك الجزء.

Your care

Treatment involves removing the tissue suspected of being skin cancer from the skin. This is done in the doctor's office or in the hospital. The tissue is sent to a lab to check for cancer cells. This is called a biopsy. Often, no further treatment is needed. Skin cancer may also be treated with radiation therapy and chemotherapy.

Talk to your doctor or nurse if you have any questions or concerns.

الاعتناء بصحتك

يتضمن العلاج استئصال النسيج المشكوك في كونه يحتوي على سرطان الجلد من البشرة. ويتم ذلك في مكتب الطبيب أو في المستشفى. يرسل النسيج إلى المعمل للتحقق من وجود خلايا سرطانية. يطلق على ذلك اسم الخزعة (الحصول على عينة من الأنسجة). عادة، ما لا يلزم أي علاج آخر. من الممكن كذلك معالجة سرطان الجلد بالعلاج الإشعاعي والكيميائي.

يرجى التحدث إلى الطبيب المعالج أو الممرضة إذا كانت لديك أية أسئلة أو مخاوف.