

PEUT-ON ÉCHAPPER AU MÉLANOME ?



Le **mélanome** est un cancer de la **peau** relativement rare (9.000 nouveaux cas par an en France environ), qui peut se révéler dangereux dans 10 à 20% des cas s'il n'est pas traité suffisamment tôt et devient métastatique. Or « le dépistage avant ce stade de métastases est parfois facile » précise le Dr Caroline Robert, chef de service de dermatologie de l'Institut Gustave Roussy. Il faut connaître sa peau,

l'inspecter régulièrement à la recherche de grains de beauté suspects et la montrer au dermatologue dès qu'on remarque une lésion qui se modifie.

- Qui doit surveiller sa peau ?
- Comment surveiller sa peau ?
- A partir de quel âge faut-il surveiller sa peau ?
- Faut-il informer ses proches en cas de mélanome ?

Qui doit surveiller sa peau ?

En premier lieu, il faut savoir si l'on est à risque génétique, c'est-à-dire s'il y a des antécédents familiaux de **mélanome** dans la famille. Les peaux claires, les personnes aux cheveux blonds ou roux avec de nombreux grains de beauté sont également à risque, même si on sait que tous les mélanomes ne naissent pas à partir d'un **grain de beauté**.

9.000 nouveaux cas de mélanome sont dépistés chaque année en France.

Ensuite, il existe des facteurs acquis environnementaux, essentiellement liés aux expositions solaires. Il faut donc éviter les coups de soleil et les expositions aux UV artificiels en **cabine de bronzage** qui sont inutiles et également dangereuses.

Les personnes immunodéprimées ou atteintes de certaines maladies génétiques rares ont aussi un risque plus important de carcinome cutané et de mélanome.

Comment surveiller sa peau ?

Pour repérer très précocement un **mélanome**, « il faut parfaitement connaître sa **peau**, savoir où se trouvent ses grains de beauté et autres taches cutanées, sur les fesses, les bras, le cou, le dos, les cuisses, le cuir chevelu... », de façon à pouvoir reconnaître les lésions suspectes, c'est-à-dire les grains de beauté qui sont différents des autres et qui changent de taille, de forme, de couleur ».

L'objectif est de « surveiller leur stabilité, même si c'est parfois difficile car certains apparaissent de façon physiologique pendant certaines périodes de la vie (enfance, adolescence, grossesse) ». Nous devons tous être capables de savoir « si quelque chose s'est récemment modifié ou est apparu ». Au moindre doute, il importe de consulter son dermatologue ou médecin généraliste. Il sera capable de dire à quel rythme la surveillance doit être effectuée.

Pour vous guider, il existe une méthode très pratique dénommée ABCDE :



Responsabiliser

Pour faciliter le repérage, il est utile d'avoir des photos de ses grains de beauté sur les différentes parties du corps. Ces photos peuvent ensuite servir de référence pour la surveillance médicale et l'autosurveillance. Pour le Dr Caroline Robert, « il est inutile de refaire souvent ces photos, elles permettent surtout de voir si une lésion est apparue ou a changé ».

A partir de quel âge faut-il surveiller sa peau ?

Le risque maximal se situe vers 50 ans. Le **mélanome** est rare chez l'enfant mais peut tout de même arriver. Mais attention, la surveillance ne doit pas par la suite être relâchée, les mélanomes après la **cinquante** sont toujours possibles...

Faut-il informer ses proches en cas de mélanome ?

Oui en raison des cas **familiaux**. Les proches apparentés doivent se faire examiner.

Pour en savoir plus :

www.vaincrelemelanome.fr

Sources : En collaboration avec le Dr Caroline Robert, chef de service de dermatologie de l'Institut Gustave Roussy (Institut de cancérologie).

Copyright Vidéo : <http://www.vaincrelemelanome.fr/film-melanome-de-l-importance-du-dépistage-précoce.html> et <http://vimeo.com/msdfrance/vaincre-le-melanome>

Collectif Ensemble contre le mélanome : www.ensemblecontremelanome.fr