

14.02x21.45	1	3	עמוד	ידיעות אחרונות - זמנים בריאים	04/2010	22203055-9
דוקטור אורי שולמ - 131520						

גזור ושמור



עצות ורעיונות לחיים בריאים יותר מאת שירלי גולן

איך להתנהל עם נקודות החן

- ימי הקיץ החמים קרבים ובמהירות ומחייבים התייחסות מיוחדת לנקודות החן. ד"ר אורי שולמן, מומחה לכירורגיה פלסטית ואסתטית, מציין כי הנקודות האלה מהוות סיכון וכי חשוב ביותר לברוק אותן מדי שנה. הנה עצותיו:
- הכירו את נקודות החן שעל גופכם ואף צלמו אותן. כך תדעו אם מופיעות נקודות חדשות או אם הנקודות הישנות עוברות שינוי.
- בחנו את צורת נקודת החן, את צבעה ואת גודלה וברקו אם היא בעלת שוליים לא ברורים. נקודת חן לא סימטרית עם שוליים לא אחידים, צבעונית ובגודל של 6 מ"מ היא חשודה, ומומלץ לפנות לרופא לצורך הסרתה.
- כל נקודת חן שחל בה שינוי כלשהו מבחינת צבע, גודל או צורה צריכה להיבדק בהקדם.
- נקודת חן עם דימום ספונטני המופיע לסירוגין חייבת בכירור רפואי.
- אם במשפחה יש סיפור של מלנומה (סרטן העור), מומלצת בדיקת נקודות החן של כל בני המשפחה בשל אפשרות למרכיב תורשתי של הגידול.
- אנשים בהירי עור ועיניים, בעלי שיער בלונדיני או אדמוני ובעלי נמשים הם בסיכון גבוה יותר להופעת מלנומה ולשינויים סרטניים של נקודות החן. לכן, עליהם לנהוג במשנה זהירות בכל הקשור בחשיפה לשמש.



צילומי: שאנו טעמי, יוטי ציטו, לון ג