= Cancro da pele =

COMO VERIFICAR A SUA PELE?

Os cancros da pele são visíveis e bem conhecer a sua pele pode mudar tudo. Tenha o hábito de controlar a sua pele e veja as alterações. O cancro da pele pode se curar se for detectado no inicio. Em caso de duvida, consulte de imediato o seu dermatologista.

sante.lu
euromelanoma.org

EADO
European Association of Dermato Oncology

EURO MELANOMA

sldv
Société Luxembourgeoise de Dermato-Vénéréologie

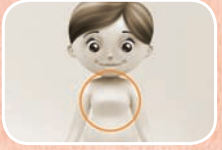
LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de la Santé
Direction de la Santé

Crie o hábito de controlar a sua pele pelo menos uma vez por mês. Examine todo o corpo, de frente como atrás, de preferência à frente de um grande espelho.

1. Observe a sua cara, assim que o nariz, os lábios, a boca, por cima e atrás das orelhas.

2. Examine a cabeça com um pente para ajudar melhor. Os homens carecas : Atenção particularmente ao couro cabeludo.

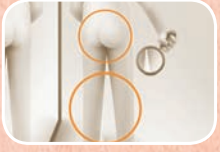
3. Examine as suas mãos de um lado e de outro e entre os dedos.



4. A seguir examine o seu pescoço, o peito e a parte superior do corpo. Para as mulheres : observar bem entre e por debaixo dos seios.

5. Levante os seus braços para verificar a parte superior e axilas.

6. Com ajuda de um pequeno espelho verifique a nuca, os ombros e as costas.



7. Examine as nádegas, as pernas e termine a observação pelas costas e as solas dos pés, sem esquecer o espaço entre os dedos.

Não se esqueça :

Se constatar algo de anormal consulte o seu dermatologista.
Para mais informações sobre diferentes tipos de manchas, consulte o site :

www.euromelanoma.org
www.sante.lu