

# Mélanome



## Les points clés

Parmi les cancers de la peau, le mélanome est le plus dangereux: il occasionne 75% des décès par cancer de la peau. Plus il est diagnostiqué tôt, plus les chances de guérison sont élevées. C'est pourquoi le suivi et la surveillance sont primordiaux.



## Les facteurs favorisants

- **l'exposition aux UV** (soleil, cabines) et de surcroît pendant l'enfance (ex: coups de soleil);
- **des grains de beauté nombreux et d'aspects variés** (car ils compliquent la surveillance et le diagnostic);
- **les sujets à peau, cheveux, yeux clairs et avec des tâches de rousseurs;**
- **une prédisposition génétique** (cas de mélanome dans la famille).

## Les signes

Le mélanome survient soit sur peau saine (70 à 80% des cas), soit sur un grain de beauté préexistant.

Il revêt des formes variées et peut toucher la peau, les muqueuses (ex: dans la bouche) ou les ongles (aspect de bande plus sombre).

## Le traitement

Il est chirurgical: il consiste à enlever le grain de beauté suspect.



## Se protéger du soleil

### Limiter l'exposition au soleil

- dès le plus jeune âge, surtout en cas de peau, cheveux et yeux clairs;
- à la montagne, lors de sports en plein air, dans le jardin ou sur des chantiers: partout!
- se méfier des nuages, ils laissent passer les UV;
- éviter d'aller au soleil entre 11 et 16 h;
- s'exposer peu à peu et régulièrement;
- éviter les UV en cabine.

### Les protections vestimentaires

T-shirt à manches longues, bob, chapeau avec bords larges, pantalon, des lunettes de soleil contre les UVB et UVA.

## Par l'auto surveillance

### Se déshabiller et s'observer 2-3 fois par an:

Le visage, les oreilles, le cuir chevelu à l'aide d'un sèche-cheveux, la paume et le dos des mains, les avant-bras; les coudes, les bras, les aisselles, le cou, la poitrine, le ventre, les ongles.

### Avec un miroir, inspecter:

Le cou, le dos, les épaules, les fesses, les cuisses, la région génitale, la plante des pieds.

*Se protéger du soleil dès le plus jeune âge. S'auto-surveiller, se faire photographier les grains de beauté s'ils sont nombreux.*

## Par la règle de l'abécédaire

Elle résume les caractéristiques de grains de beauté suspects devant amener à consulter:

- A = Asymétrie.** Si l'on trace un trait imaginaire au milieu du naevus, les deux parties n'ont pas la même forme;
- B = Bords irréguliers** (pas nets);
- C = Couleurs multiples** au sein du naevus;
- D = Diamètre** supérieur à 6 millimètres;
- E = Evolution:** toute tache ou bouton qui se modifie doit vous amener à consulter.



## En cas de doute?

- Si l'on suspecte un mélanome, il faut l'enlever pour qu'il soit analysé.

## Consulter

- Si une tâche marron, noire ou tout bouton apparaît ou se transforme.
- En cas de mélanome dans une famille (apparenté du 1<sup>er</sup> degré): toute la famille doit être surveillée.
- Si vous avez de nombreux grains de beauté ou un antécédent de mélanome. Dans ce cas, il faut consulter tous les ans un dermatologue.

Rédacteur: M.Sustersic, septembre 2011. Recteur: T.Orban  
Sources: www.therapeutique-diagnostique.org/ Guide de thérapeutique.  
Ed.2006/2007 // HAS février 2008.  
Illustration: O.Roux. Contact: sustersic.melanie@hotmail.fr