

Naevi ou “grains de beauté”



Les points clés

Les naevi sont des amas de mélanocytes, cellules situées à la surface de la peau. Ils apparaissent souvent pendant l'enfance sous forme de taches brunes ou noires, en relief ou planes. Leur nombre dépend de la **génétique familiale** et de l'**exposition au soleil**.



Grains de beauté et cancer?

En général, les mélanomes (le cancer de la peau le plus virulent) ne naissent pas de naevi. Mais la présence de naevi informe sur l'état des mélanocytes et donc sur le risque de mélanome. De plus, les mélanomes sont d'autant plus difficiles à repérer que le nombre de naevi est grand. Les sujets les plus à risque sont ceux à peaux et yeux clairs, à cheveux blonds ou roux avec des taches de rousseurs et ayant de nombreux naevi.



Prévention

L'exposition au soleil (aux UV en général) favorise la survenue de mélanomes. Il convient donc de bien se protéger du soleil:

Limiter les expositions au soleil (et UV en général):

- dès le plus jeune âge et de surcroît, en cas de peau, cheveux et yeux clairs;
- 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.

Mettre des crèmes solaires (indice maximal) toutes les deux heures et après les bains, sur tout le corps.

Porter des protections vestimentaires (T-shirt à manches longues, chapeau avec bords larges, pantalon).

NB. Le soleil est agréable et utile. Seul son abus et l'absence de protection sont nuisibles.



Surveillance



Par un médecin

Lorsqu'on a des grains de beauté en grand nombre, on est plus à risque de développer un mélanome. Il faut donc les montrer, les faire surveiller et consulter en cas de modification de l'un d'entre eux.

Vous pouvez consulter votre médecin traitant ou un dermatologue. Il peut s'aider d'instruments de “dermoscopie”, de photographie... Le médecin décidera d'enlever tout grain de beauté suspect.



L'autosurveillance

Se déshabiller et regarder 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.



La règle de l'“abécédaire”

Elle résume les caractéristiques des 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 amener à consulter.



Consultez votre médecin

- au moindre doute;
- si un naevus se modifie ou apparaît à l'âge adulte;
- en cas de bande foncée apparaissant sur un ongle;
- En cas de naevus apparu sur une muqueuse;
- en cas de découverte de mélanome chez un parent proche.

Rédigé par: Dr M.Sustersic / Septembre 2011. Rellecteurs: T.Orban.
Sources: www.therapeutique-diagnostique.org. HAS 2008.
Contact: sustersic.melanie@hotmail.fr.
Illustration: O.Roux.