L'histoire de Mollie

Lorsqu'elle était étudiante en deuxième année, Mollie a découvert un grain de beauté sur sa cuisse. Au cours des six mois qui ont suivi, elle a subi une opération chirurgicale, une chimiothérapie et une radiothérapie. La Mollie Biggane Melanoma Foundation a été créée en sa mémoire après son décès tragique à l'âge de 20 ans.

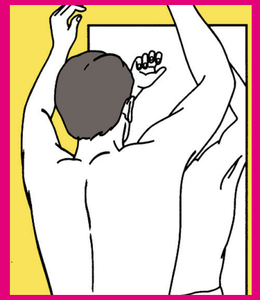
Notre mission

Nous voulons accroître la sensibilisation pour la prévention des mélanomes, fournir des informations et des services sur la détection du cancer de la peau et soutenir les patients atteints de mélanomes en les informant sur les traitements les plus récents.

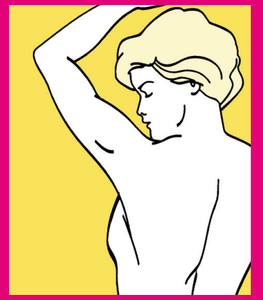
MolliesFund.org

5 étapes faciles pour vous auto-examiner

Cancer de la peau

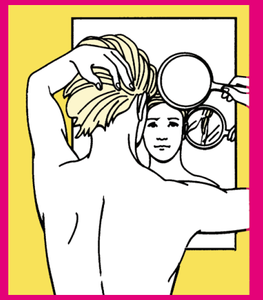


Regardez votre corps dans un miroir, devant et derrière, puis les côtés droit et gauche, bras levés.

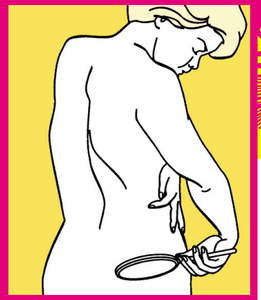


Pliez vos coudes. Regardez attentivement vos avant-bras, l'arrière de vos bras et vos paumes de mains.

Ensuite, regardez l'arrière de vos jambes, vos pieds et l'espace entre vos doigts de pied et la plante des pieds.



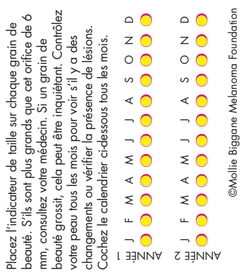
Examinez l'arrière de votre cou et de votre cuir chevelu avec un petit miroir à main.



Pour terminer, contrôlez votre dos, vos fesses et vos parties génitales avec un petit miroir à main.

Avez-vous contrôlé votre peau ce mois-ci ?

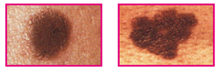
Placez l'indicateur de taille sur chaque grain de beauté. S'ils sont plus grands que cet orifice de 6 mm, consultez votre médecin. Si un grain de beauté grossit, cela peut être inquiétant. Contrôlez votre peau tous les mois pour voir s'il y a des changements ou vérifier la présence de lésions. Cochez le calendrier ci-dessous tous les mois.



©Mollie Biggane Melanoma Foundation

ABCDE's… Contrôlez vos grains de beauté aujourd'hui

Asymétrie



Symétrie — Asymétrie

Les grains de beauté bénins (non cancéreux et non malins) sont généralement ronds. (Symétriques)
Les lésions du mélanome (cancéreuses et malignes) sont généralement de forme irrégulière. (Asymétriques)

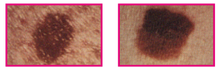
Bord

Bord régulier — Bord irrégulier

Les grains de beauté bénins ont un bord lisse et régulier. (Régulier)

Les lésions du mélanome ont souvent un bord irrégulier. (Bords irréguliers et crantés)

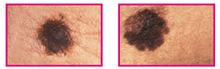
Couleur



homogène — Plusieurs nuances

Les grains de beauté bénins sont généralement de couleur unie brune. (Couleur homogène)
Les lésions du mélanome contiennent souvent de nombreuses nuances de brun ou de noir. (Plusieurs nuances de couleur)

Diamètre

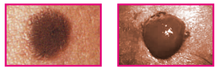


< 6mm — > 6mm

Les grains de beauté bénins font généralement moins de 6 mm de diamètre. (< 6 mm)

Les lésions du mélanome font souvent plus de 6 mm de diamètre. (> 6 mm)

Evolution



Plat — Relief

Les grains de beauté bénins ne changent généralement pas de taille avec le temps. (Plat)
Les lésions du mélanome évoluent souvent en taille ou en relief rapidement. (Relief)

Comment vous protéger contre le

Limitez le temps d'exposition au soleil, particulièrement entre 10h00 et 16h00.

Utilisez une crème solaire avec un indice de protection FPS 30 et une protection anti UVA/UVB, même par temps nuageux.

Portez des lunettes de soleil avec une protection UV.

Portez un chapeau et des vêtements dont le tissu est fermement tissé pour une protection supplémentaire.

Evitez les cabines de bronzage.

Contrôlez votre peau tous les mois après le bain ou la douche.

Evolution du grain de beauté

Apparence: taille, forme ou couleur.

Sensation: démangeaison, douleur ou sensibilité.

Surface: desquame, suinte ou saigne.

Grossissement: grandit rapidement.

Relief : est en relief par rapport à la surface de la peau.

Cancer de la peau

Prévoyez un : rendez-vous annuel chez un dermatologue

Avez-vous contrôlé votre peau dernièrement ?