



皮肤癌

昆士兰是全球皮肤癌发病率最高的地区。
昆士兰的居民有半数会患上皮肤癌。



几乎所有的皮肤癌都是因过度暴露在太阳紫外线（UV）辐射下而引起的。如果能够做好防晒工作，皮肤癌就很容易预防，特别是在紫外线强度达到3级或以上时做好防晒工作。在昆士兰，紫外线水平全年都在3级或以上，即使冬季也是如此。早期发现和诊断皮肤癌是很重要的。黑色素瘤是最危险的皮肤癌类型，如能早期发现，生存率会更高。重要的是通过定期检查你的皮肤来了解自身常态，并就任何新出现的斑点或现有斑点的变化咨询你的医生。

哪些人有患皮肤癌的风险？

每个人都有患皮肤癌的风险，但有些人的患病风险比其他人高，尤其是存在以下情况的人群：

- 皮肤较白的人——晒伤的倾向较高
- 异常痣（发育不良的痣）的数量增加
- 免疫系统低下
- 有黑色素瘤的家族史
- 有黑色素瘤或非黑色素瘤皮肤癌（NMSC）的个人病史
- 在户外工作的人。

谁可以检查我的皮肤？

无论是对皮肤斑点心存疑虑，还是想要进行全身皮肤情况检查，都可以咨询专业人士。

全科医生（GP）

你的全科医生可以进行皮肤检查。全科医生可以检查你所担心的任何皮肤损伤，如果需要的话还可以对其进行治疗或将你转介给专科医生。

皮肤科医生

你可以要求全科医生将你转介给皮肤科医生。皮肤科医生是专门诊断和治疗皮肤病的医生，可以通过检查来诊断皮肤癌。

诊断性检查

医生可能会通过不同的检查方式来诊断皮肤癌。你可以在看诊前询问医生将使用哪些检查方式。

皮肤镜检查是用一种能够放大和照亮皮肤的设备对皮肤进行检查，检查皮肤损伤时视野清晰。研究发现，与其

他临床诊断方法相比，皮肤镜检查可以提高黑色素瘤的诊断准确性，并且能成功诊断厚度较小的黑色素瘤。

全身摄影是指对全身皮肤表面拍摄一系列照片，以便追踪一段时期内的动态变化。对于高风险患者来说，这是早期发现黑色素瘤的有效手段。

顺序成像是指在一段时间内对某处特定的皮肤损伤拍摄一系列详细的照片，以追踪和发现其变化。

我可以自己检查皮肤吗？

大多数黑色素瘤是由患者或其伴侣发现的。如果能熟悉自己的皮肤情况，甚至是在通常情况下并未暴露在阳光下的皮肤，就能有所帮助。如果你发现皮肤斑点的形状、颜色或大小发生变化，或者出现新的斑点、痣或雀斑，请咨询医生。定期检查全身，并请家人或朋友检查自己难以看到的部位，如头皮、背部和耳朵。脱掉全身所有衣物，并确保有良好的照明。利用全身镜和手持式镜子来检查不容易看到的地方。

记得要检查以下部位：

- 头部、头皮、颈部和耳朵
- 胸部、背部和身体的左右侧面
- 脚趾之间、脚趾甲下面、脚底和手掌。

降低风险

如果你在紫外线强度为3级或以上时保护你的皮肤，就很容易预防皮肤癌。在昆士兰，每天都需要做好防晒工作。婴儿、儿童和青少年特别容易因过度暴露在紫外线辐射下而受到有害影响。