

皮膚癌

昆士蘭州是全球罹患皮膚癌最高比率的地區。每兩名昆士蘭州居民，就有一名於其一生中會罹患皮膚癌。



幾乎所有皮膚癌皆由過度暴曬於陽光的紫外線（UV）輻射引起。採取防曬保護措施，特別是紫外線指數達到 3 級及以上的時候，就能有效預防皮膚癌。昆士蘭州全年紫外線指數都在 3 級及以上，冬季亦不例外。及早發現並診斷皮膚癌十分重要。黑色素瘤是最致命的皮膚癌，如果提早發現病情，存活率就更高。定期檢查皮膚，並就新出現的斑點或現有斑點變化諮詢醫生意見，從而知道怎樣才算正常的情況，這樣做很重要。

哪些人士容易罹患皮膚癌？

任何人皆有可能罹患皮膚癌，但部分人士面對的風險更高，尤其是：

- 皮膚比較白皙：更容易曬傷
- 異常痣的數量大增（異生性母斑，英文學名「dysplastic nevi」）
- 免疫系統削弱
- 家人遺傳黑色素瘤
- 個人罹患黑色素瘤或非黑色素瘤（簡稱「NMSC」）的病史
- 戶外工作的人士。

哪些人士可以檢查皮膚？

如果皮膚上出現可疑斑點或者希望接受全身身體檢查，則應諮詢專業人士的意見。

家庭醫生（GP）

家庭醫生能檢查皮膚。家庭醫生能檢查患者擔心的皮膚損傷問題，如有需要則會提供治療或轉介患者至專科醫生。

皮膚科醫生

可要求家庭醫生將患者轉介至皮膚科醫生。皮膚科醫生專門負責診斷及治療皮膚疾病，並且能檢查是否患有皮膚癌。

診斷測試

醫生可能使用不同的測試診斷皮膚癌。預約前，可詢問醫生所用的方法。

皮膚鏡檢查（Dermoscopy） 是指使用儀器檢查皮膚，這類儀器具備放大及照亮皮膚的功能，從而深入透徹地檢查皮膚損傷問題。與其他臨床診斷方法比較，有發現指

出皮膚鏡檢查能改善診斷黑色素瘤的準確度，並牽涉至第一期的黑色素瘤。

全身攝影（Total body photography） 是指全面拍攝皮膚的表面，從而長期留意皮膚出現的變化。對於黑色素瘤的高風險群組，則是提早檢查的有用工具。

順序掃描（Sequential imaging） 是指一段長時間內仔細拍攝特定的皮膚損傷位置，從而留意及檢查不同變化。

能否自行檢查皮膚？

大部分黑色素瘤是由患者或其伴侶發現的。即使皮膚並非經常接觸陽光，了解自己的皮膚狀況也是有用的。如果留意到斑點的外型、顏色或大小有變，或者皮膚出現新的斑點、痣、雀斑，則應見醫生。定期檢查全身，並要求親友檢查自己難以檢查的部位，例如頭皮、背部及耳朵等。脫光衣服，並確保光線充足。使用全身鏡，並使用手提鏡檢查不易看到的位置。

請記得檢查：

- 頭部、頭皮、頸部、耳朵
- 胸部、背部及側邊
- 腳趾之間的位置、腳趾下方、腳板底及手掌。

減低風險

如果紫外線指數達到 3 級及以上，並採取防曬保護措施，就很容易預防皮膚癌。昆士蘭州居民每日必須採取防曬保護措施。如果過度接觸紫外線，嬰兒、兒童和青少年特別容易受其害。