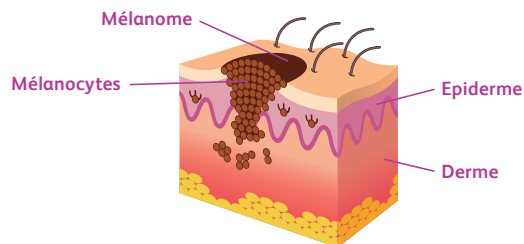


Le mélanome



Forme rare (4%)
des cancers de la peau⁽¹⁾

Comme dans tous les cancers, des cellules anormales se multiplient abondamment de façon inhabituelle. Dans le cas du mélanome, ce sont les mélanocytes, cellules responsables de notre couleur de peau, qui sont touchés.

14,2%

Augmentation du nombre
de nouveaux cas par an
depuis 50 ans.⁽²⁾

15513

nouveaux cas estimés en
France en 2018.⁽²⁾

1975

décès estimés en France
dus au mélanome cutané
en 2018.⁽²⁾

80%

des décès liés
au mélanome parmi
les cancers de la peau.⁽¹⁾

(1) Miller AJ, Mihm MC Jr. Melanoma. N Engl J Med 2006;355:51-65.

(2) G Defossez, S Le Guyader Peyrou, Z Uhry. Rapport - Volume 1 - Tumeurs solides - Estimations nationales de l'incidence et de la mortalité par cancer en France métropolitaine entre 1990 et 2018. Juillet 2019.

(3) Haute Autorité de Santé. Mélanome cutané : Stratégie de diagnostic précoce du mélanome, recommandation en santé publique, rapport d'évaluation - Service évaluation médico-économique et santé publique Octobre 2006. Disponible sur : http://www.has-sante.fr/portail/upload/docs/application/pdf/rapport_strategie_de_diagnostic_precoce_du_melanome.pdf (consulté le 02.05.2016)

Attention au soleil et aux UV

Le soleil et les UV sont un danger pour la peau,
encore plus pour les peaux sensibles.

Quelques conseils pour se protéger à tout âge :

- **Ne pas faire** de séances **d'UV artificiels**
- Porter **des vêtements adaptés** (lunettes de soleil, grand chapeau et vêtements, anti UV c'est encore mieux).
- **Éviter de s'exposer** en particulier **entre 12h et 16h00** où les UV sont à leur maximum
- **Appliquer toutes les 2h une crème de protection solaire 50+** sur les zones non couvertes
- Si possible **rester à l'ombre** au travail ou pendant les loisirs

Prendre l'habitude de **regarder toutes les parties de son corps** afin de noter l'apparition de **nouvelles taches sur la peau** ou d'éventuelles **modifications de l'apparence des grains de beauté**.

La surveillance de toute la peau est nécessaire car **70% à 80% des mélanomes surviennent hors des grains de beauté**.⁽³⁾ Dépister et enlever très tôt un mélanome assure un meilleur pronostic et diminue fortement le risque de récurrence.

Je connais
ma peau,
je la
protège...

j'ouvre l'œil
et je consulte
au moindre doute

IOFR2000495-01-NP-Juin 2020

Ne pas jeter sur la voie publique

Vaincre le
mélanome
et autres cancers de la peau
www.vaincrelemelanome.fr

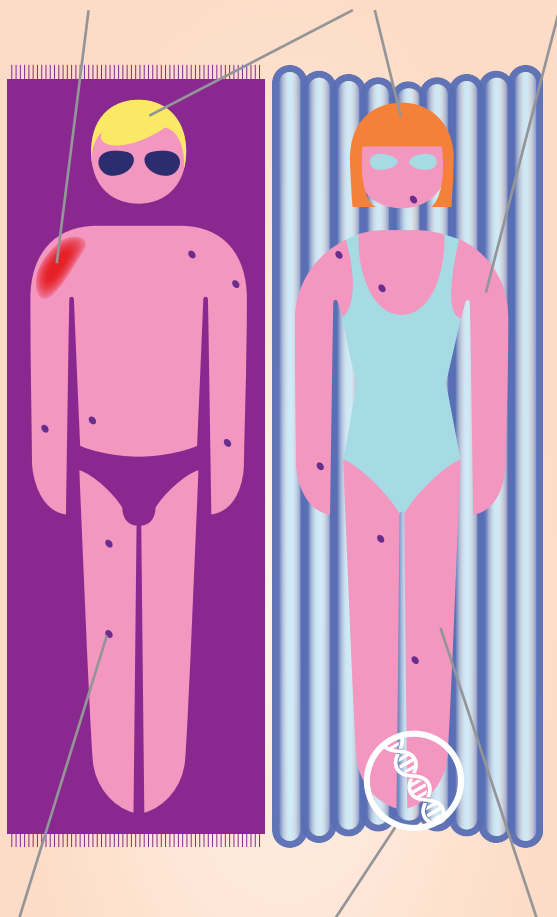
 Bristol Myers Squibb™

Les principaux facteurs de risque ⁽⁴⁾

Coup de soleil
(70% des cas sont liés à des expositions excessives)

Blond / Roux

Peau Claire



Plus de **40** grains de beauté

antécédents familiaux



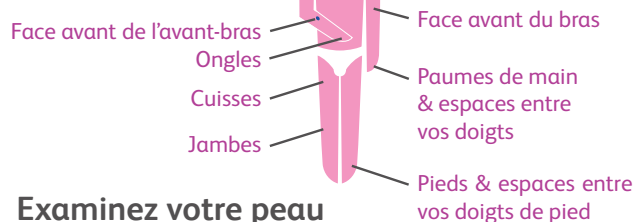
Cabine UV

L'autoexamen ⁽⁵⁾

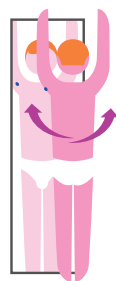
Les signes qui doivent vous alerter :

- Repérez le grain de beauté différent des autres
- Soyez vigilant à tout changement (Nouvelle tache ou un grain de beauté qui change d'aspect).

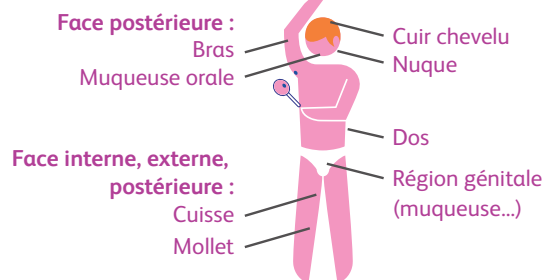
Examinez à l'œil nu



Examinez votre peau de haut en bas



Examinez au miroir à main



Vous pouvez également demander l'aide d'une personne de votre entourage.

L'autosurveillance, c'est tous les 4 à 6 mois, car la modification se voit en quelques mois. Se regarder en famille, quand c'est possible, c'est bien mieux.

(5) www.e-cancer.fr (consulté le 12.05.2014)

Méthode ABCDE ⁽⁶⁾

Pour reconnaître les signes suspects, entraînez votre œil avec des photographies et utilisez les critères de la règle "ABCDE" :

Grain de beauté



Asymétrie
Forme asymétrique



Bords
Bords irréguliers, encochés, polycycliques



Couleur
Couleur inhomogène, polychromie (noir, brun, rouge, gris blanc)



Diamètre
Diamètre > 6 mm



Evolution
Évolution au cours du temps (aspect, taille, couleur ou épaisseur)

Mélanome



(6) Haute Autorité de Santé. Mélanome cutané : la détection précoce est essentielle. Disponible sur : https://www.has-sante.fr/jcms/pprd_2974838/fr/melanome-cutane-la-detection-precoce-est-essentielle (site consulté le 15.06.2020)

(4) Haute Autorité de Santé. Mélanome cutané : la détection précoce est essentielle. Actualités & Pratiques, 2013, n°49. https://www.has-sante.fr/jcms/pprd_2974838/fr/melanome-cutane-la-detection-precoce-est-essentielle (site consulté le 15.06.2020)