

HAI MAI CONTROLLATO i tuoi NEVI?



A_simmetria

Ovvero, quando le due metà immaginarie in cui puoi dividere il nevo non sono uguali



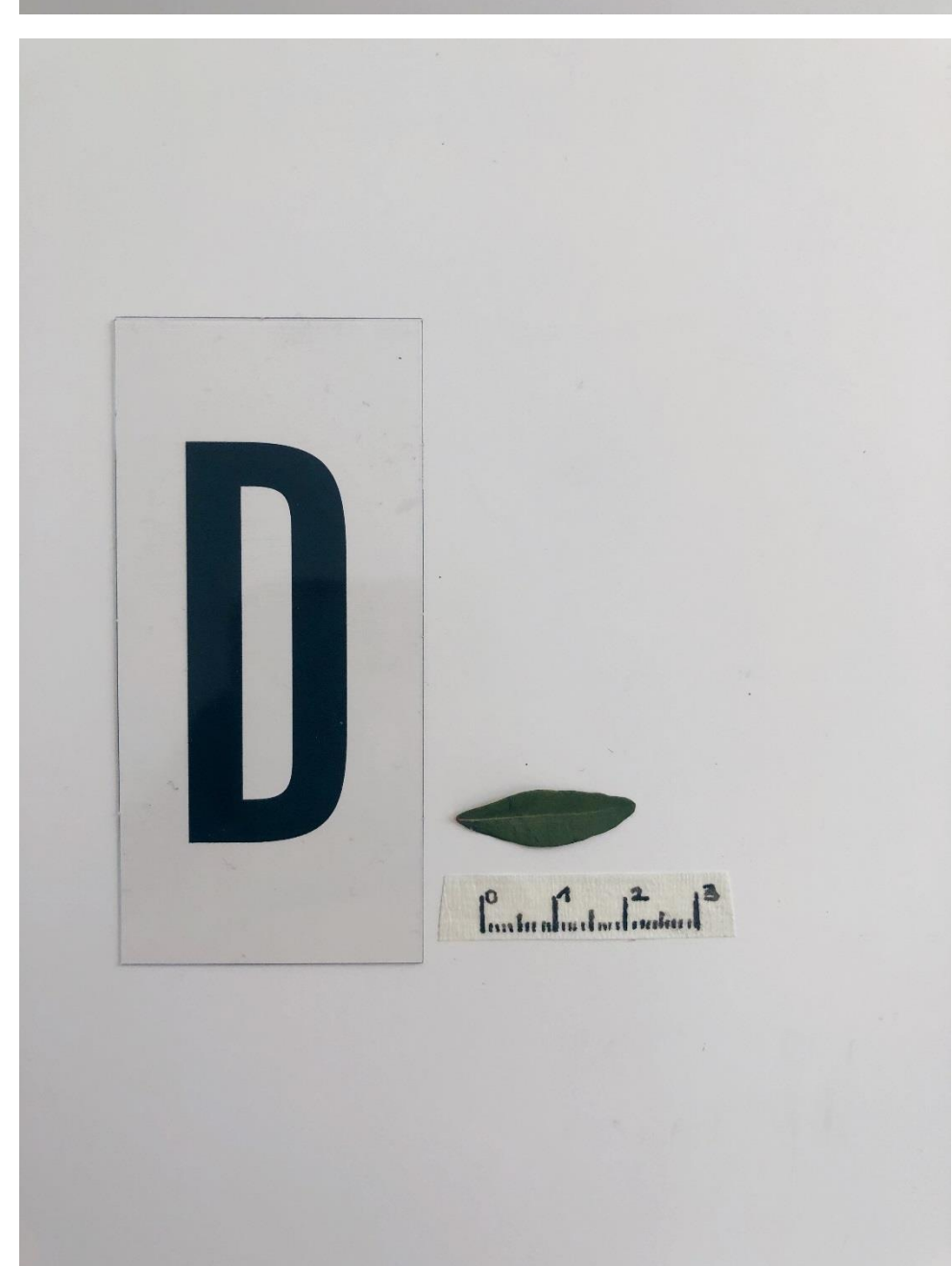
B_ordi

Ovvero, quando i margini del nevo appaiono irregolari



C_olore

ovvero, quando il colore del nevo non è uniforme ma i colori che puoi contare sono tanti



D_imensione

ovvero, quando il nevo misura più di 6mm



E_voluzione

ovvero, quando il nevo cambia nelle sue caratteristiche

1. DOVRESTI!
È molto importante !

*

Puoi farlo anche tu!
Con la regola
dell'ABCDE.

Se vedi una di queste caratteristiche, è meglio fare controllare i nevi dal tuo dermatologo di fiducia!

**2. OGNI QUANTO
TEMPO?**

*

Dipende

Se non ci sono problemi particolari, ogni 12 mesi dal dermatologo e ogni 4 mesi tu, autonomamente a casa!

**3. MA PERCHE' è
IMPORTANTE?**

*

Perché fino al 90% dei tumori della pelle, può essere curato, se preso in tempo!

**4. Ma allora il SOLE è
MIO NEMICO?**

*

NO!

Ma è importante proteggersi correttamente per goderne solo il meglio!

**5. COME MI
PROTEGGO?**

*

1. Con i solari con SPF 50+
2. Da rinnovare ogni 2 ore o subito dopo aver fatto il bagno
3. Evitando il sole delle ore centrali (11-15)

**6. TUTTI POSSIAMO
ESPORCI AL SOLE?**

*

NO!

Ad esempio si raccomanda di non esporre i bambini sotto i 6 mesi!

Per saperne di più

<http://euromelanoma.org/italy>
<http://aad.org>

