

## 12 maja Światowy Dzień Walki Z Czerniakiem – nowotworem skóry



W naszej szkole cyklicznie realizowany jest program profilaktyczno – edukacyjny „**Znamie! Znam je?**”-

zyli co musisz wiedzieć o czerniaku skóry. W kampanii Akademii Czerniaka uczniowie naszej szkoły na lekcjach biologii i wychowania fizycznego poznali Złote Zasady ochrony skóry, ABCDE rozpoznawania czerniaka oraz sposoby samodzielnego samobadania skóry.

Dzisiaj przypominam jak zadbać o zdrową skórę twarzy i ciała w te piękne, słoneczne dni.

Profilaktyka nowotworów skóry to nie tylko używanie kremów z filtrami przeciwsłonecznymi. Należy unikać przede wszystkim długotrwałej, nadmiernej ekspozycji na słońce, a przede wszystkim oparzeń słonecznych, które zwielokrotniają ryzyko wystąpienia nowotworu skóry – czerniaka. Zasad ochrony przed nadmiernym promieniowaniem słonecznym powinny przestrzegać wszystkie osoby a przede wszystkim osoby o jasnej karnacji, jasnych lub rudych włosach oraz niebieskich oczach, posiadające tendencje do piegów oraz osoby z dużą liczbą znamion na skórze. Więcej informacji można znaleźć <https://www.akademiaczerniaka.pl/>

---

Joanna Gwóźdź

## 12 maja Światowy Dzień Walki Z Czerniakiem – nowotworem skóry

Wpisany przez Włodek Kania

poniedziałek, 09 maja 2022 09:29 - Poprawiony czwartek, 12 maja 2022 11:26

---