



## **QUALCHE BUON CONSIGLIO PER IL CONTROLLO DEI NEI** **Aumentano le richieste soprattutto in estate**

Spesso nel periodo estivo aumentano le richieste delle visite per il controllo dei nei: forse è dovuto al fatto che la cute, libera dagli abiti, è maggiormente visibile. Eppure, paradossalmente, è consigliabile eseguire il regolare controllo dei nei quando la cute non è foto esposta, eccezion fatta per le visite urgenti. La fotoesposizione infatti può cambiare temporaneamente le caratteristiche di alcuni nei, che vanno osservati invece quando la cute non è abbronzata. Fondamentale rimane l'autoesame, quando possibile, che però, soprattutto nel caso di nei numerosi non esclude la visita dermatologica con la cadenza che lo specialista consiglia. I fattori che il paziente può osservare nei sui nei sono ormai noti come regola dell'ABCDE:

- Asimmetria, poiché le lesioni neoplastiche sono spesso irregolari e dunque asimmetriche
- Bordi, che nelle lesioni tumorali sono più frequentemente frastagliati o comunque irregolari
- Colore, poiché la presenza di più colori o il cambio di colore può essere un elemento di sospetto
- Dimensione, un neo che aumenta di dimensione o che ha dimensioni superiori a 6 mm va comunque valutato
- Evoluzione, poiché se una lesione cambia velocemente va fatta valutare.

Il melanoma può insorgere su un neo preesistente, ma in una percentuale di casi insorge su cute sana, per cui vanno fatte controllare anche lesioni insorte de novo, non solo lesioni preesistenti che vanno incontro a trasformazione. Alcuni studi hanno correlato l'aumento dell'incidenza del melanoma sia con la fotoesposizione prolungata che con l'esposizione breve e intensa che provoca spesso ustioni cutanee: quindi esporsi per pochi giorni molte ore al giorno non è meno dannoso dell'esposizione continua e ripetuta. Fondamentale rimane il ruolo dell'astensione dall'esposizione al sole nelle ore centrali della giornata e della foto protezione durante le altre ore. Discorso a parte meritano altre due neoplasie della cute, il carcinoma basocellulare ed il carcinoma spinocellulare. Sono più frequenti, ma non esclusivamente, nella seconda parte della vita, e sono chiaramente correlati anche all'esposizione del sole, come avviene ad esempio per persone che lavorano od hanno lavorato all'aperto [ agricoltori, addetti al manto stradale, ecc... ]. Spesso il riscontro è casuale, in visite fatte per altri motivi. Raramente i carcinomi cutanei danno localizzazioni secondarie [ metastasi da basocellulare rarissime ], ma hanno soprattutto malignità locale per cui se trascurati possono distruggere i tessuti e poi necessitano di interventi impegnativi di demolizione e ricostruzione chirurgica. Discorso diverso per i carcinomi spinocellulari delle mucose, ad esempio delle labbra, per cui si richiede anche un follow up strumentale più stretto, oltre quello clinico, a causa della maggior probabilità di dare localizzazioni linfonodali. Il punto centrale è costituito dunque dalla necessità di non trascurare lesioni di recente insorgenza e di non procrastinare eventuali visite dal proprio medico di base, che indirizzerà, nei casi opportuni, dallo specialista.

## **ATTENZIONE AI FARMACI: piccoli interventi meglio col freddo**

Nel periodo estivo particolare attenzione va posta nei confronti dei farmaci: sia farmaci topici [ ad esempio alcuni farmaci utilizzati nella terapia dell'acne ], sia farmaci sistemici [ alcune classi di antibiotici, antimicotici, psicotropi, cardiologici, ed altri ]. Va posta attenzione anche all'esecuzione di piccoli interventi chirurgici non indispensabili, che

dovrebbero essere rimandati alla stagione fredda, poiché, se fotoesposta, la cute cicatriziale può pigmentarsi e quindi dar luogo ad un cattivo risultato estetico. Anche se il sole ci lascerà presto con l'arrivo dell'autunno, questi consigli restano validi.