

«میزگرد پوست» با حضور **دکتر آزاده گودرزی**

متخصص پوست، **دکتر مجتبی امیری** متخصص پوست،

دکتر بابک ساعدی فلوشیپ جراحی پلاستیک صورت

و **دکتر محمدصادق کلانتری** متخصص پوست

خال، از زیبایی تا بدخیمی

خال به تغییر رنگ مشخص در پوست گفته می‌شود که ممکن است مادرزادی یا اکتسابی باشد. رنگ خال به وجود سلول‌های رنگدانه‌دار پوست بستگی دارد و معمولاً قهوه‌ای یا مشکی است. خال‌ها اصولاً خوش خیم هستند و به‌جز جنبه زیبایی نیاز به درمان خاصی نیست. البته در مورد خال‌های بزرگ، تغییر در اندازه و رنگ خال همچنین علائمی مانند خارش و خونریزی خال نباید بی‌اهمیت بود زیرا ممکن است نشان‌دهنده بدخیمی و بروز سرطان باشد. با این مقدمه به پرسش یکی از خوانندگان «سلامت» پرداخته‌ایم: «خانمی ۳۸ ساله هستم. از کودکی روی پوست گردنم چند خال گوشتی با اندازه‌های مختلف و روی صورت هم چند خال مسطح دارم. به‌تازگی متوجه شدم اندازه یکی از خال‌های گوشهٔ نزدیک گوش کمی بزرگ‌تر شده است. آیا این مساله خطرناک است و نیاز به مراجعه به پزشک دارم؟ برای برداشتن خال‌ها بهترین روش درمانی چیست؟»

■ **مریم‌سادات کاظمی**

■ **دکتر آزاده گودرزی** / دانشیار دانشگاه علوم پزشکی ایران

سلامت **:** خانم دکتر! آیا تمام خال‌های پوستی از بدو تولد وجود دارند؟

خال‌های رنگدانه دار پوست می‌توانند مادرزادی یا اکتسابی باشند.خال‌های رنگدانه‌دار اکتسابی معمولاً در سنین کودکی ظاهر می‌شوند و در سنین بلوغ تعداد آنها افزایش می‌یابد و پس از چندسال از نظر تعداد به ثبات می‌رسند.

سلامت **:** خال‌ها از نظر خصوصیت ظاهری چه تفاوت‌هایی دارند؟

خال‌های اکتسابی معمولاً به ۳ نوع بروز می‌کنند. گاهی این خال‌ها بسیار ریز با رنگ سیاه یا قهوه‌ای خیلی تیره به صورت مسطح یا با برجستگی بسیار اندک هستند. در بعضی موارد خال‌ها نسبتاً بزرگ و برجسته گوشتی به رنگ قهوه‌ای خیلی کم‌رنگ یا هم‌رنگ پوست هستند که گاهی از آن‌ها مو خارج می‌شود. نوع سوم خال‌ن حالتی بین دو حالت فوق دارد، به طوری‌که معمولاً برجستگی متوسطی دارند و قهوه‌ای رنگ هستند.

گاهی خال‌های اکتسابی در طول زمان به سمت حالت‌های دیگر تغییر می‌کنند، مثلاً خال قهوه‌ای رنگ‌با برجستگی متوسط می‌تواند در طول سال‌های متمادی به خال بزرگ‌تر، برجسته و هم‌رنگ پوست یا قهوه‌ای بسیار روشن تبدیل شود.

سلامت **:** در چه مواردی تغییر خال باید جدی تلقی شود؟

خال‌های اکتسابی اغلب‌حاشیه‌منظم‌ورنگ‌یکنواخت مشکی یا قهوه‌ای و ابعاد زیر یک سانتی‌متر (به‌طور متوسط ۶ میلی‌متر) دارند.بعضی خال‌های اکتسابی

آنچه سوژه‌های «میزگرد زیبایی» دربارهٔ بیماری و درمان می‌گویند، لزوماًموارد تایید «سلامت» نیست.حتماًظواهر نظر متخصصان را دربارهٔ درستی یا نادرستی اظهارات آنها در همین صفحه بخوانید. شما هم می‌توانید سوژه «میزگرد زیبایی» باشید. کافی است از طریق صفحه «باخوانندگان» با ما تماس بگیرید و تجربه‌تان را با سایر خوانندگان «سلامت» در میان بگذارید.



نگاه متخصص پوست



تغییر در رنگ و اندازه خال باید از نظر بدخیمی جدی تلقی شود

■ **دکتر آزاده گودرزی** / دانشیار دانشگاه علوم پزشکی ایران

رنگ‌غیریکنواخت، ترکیب چندرنگ، حاشیه‌نامنظم یا گسترش در محل دارند. همچنین ممکن است زخمی شده، با علائم خارش، درد، خونریزی و… همراه باشد و تغییر اندازه یا تغییر رنگ واضح و نسبتاً سریع پیداکنند.درچنین مواردی خال غیرعادی تلقی شده و حتماً معاینه توسط متخصص پوست برای بررسی بیشتر ضروری است.

سلامت **:** مهم‌ترین عامل احتمال بروز بدخیمی خال چیست؟

برخی خال‌های رنگدانه‌دار مادرزادی پوست مستعد بروز بدخیمی در طول زمان هستند. مهم‌ترین عامل تعیین‌کننده احتمال بروز بدخیمی درچنین خال‌هایی،

اندازه آنهاست. درصد کمی از خال‌های مادرزادی رنگدانه دار خیلی بزرگ، خطر بروز بدخیمی دارند، در حالی‌که خال‌های مادرزادی کوچک یا متوسط اساساً چنین خطری ندارند.

سلامت **:** در صورت مشکوک‌شدن به بدخیمی خال چه اقدامات درمانی ضروری است؟

خال‌های غیرعادی و مشکوک توسط متخصص پوست نمونه‌برداری می‌شوند تا ماهیت قطعی آنها از نظر خوش خیمی یا بدخیمی احتمالی بررسی شود. در صورتی‌که خال، بدخیم گزارش شود مهم‌ترین مساله در مورد سلامت بیمار، عمق درگیری پوست و بافت زیرین آن است.

علاوه‌بر تجربه‌بالینی متخصص پوست در تشخیص خال‌های غیرعادی و احتمالاً بدخیم، استفاده از ابزارهایی که با بزرگنمایی و رفلکس نوری مانند درماتوسکوپ به بررسی ساختارهای عمقی تر خال

می‌پردازند، به دقت تشخیص پزشک جهت تعیین ماهیت بالینی احتمالی خال بسیار کمک می‌کند و ضرورت نمونه برداری (بیوپسی) را تعیین می‌کند. توصیه می‌شود در صورت امکان، نمونه‌برداری خال مشکوک به بدخیمی از نوع کامل باشد، به این معنی که کل ضایعه برداشته شده و به آزمایشگاه آسیب شناسی (پاتولوژی) ارسال شود.

در صورتی‌که جواب آسیب‌شناسی خال مشکوک بدخیمی (مالنوم) را تایید کند، مهم‌ترین نکته توجه به عمق نفوذ خال و در درجه بعد اقدام فوری و دقیق جهت انجام جراحی تکمیلی و سایر بررسی‌ها و درمان‌های لازم است.

سلامت **:** چه زمان باید بدخیمی خال را بسیار خطرناک دانست؟

هر چقدر عمق نفوذ خال بدخیم بیشتر باشد طول عمر بیمار به شدت تحت‌تأثیر قرار گرفته و کاهش می‌یابد بنابراین شناسایی خال‌های بدخیم در مراحل اولیه و قبل از رشد عمقی در حفظ مناسب زندگی بیمار بسیار حائزاهمیت است. در واقع، توجه به خال‌ها خصوصاً تغییرات اخیر خال از جمله تغییر رنگ، تغییر اندازه، نامنظم‌شدن حدود خال، گسترش رنگدانه‌های خال به پوست نزدیک اطراف خال، زخمی‌شدن و علامت‌دارشدن خال و… بسیار اهمیت دارد و باید به‌عنوان علامت هشدار برای بررسی سریع خال تلقی شود.

خال‌های بدخیم رنگدانه‌دار پوست (مالنوم) از کشنده‌ترین سرطان‌های انسانی در سنین میانسالی هستند بنابراین نیاز به تشخیص زودرس در مراحل و لیزر برای برداشتن خال کاربرد دارد. ■

نگاه متخصص پوست



لیزر اقدام موثر در برطرف شدن خال‌های قرمز است

■ **دکتر مجتبی امیری** / استادیار دانشگاه

خال که در اصطلاح علمی نئوس (Nevus) نام دارد، هامار توم است. هامار توم به حالتی گفته می‌شود که بافت طبیعی در محل طبیعی خودش شروع به رشد کند. زمانی که سلول‌های ملانوسیتی یا رنگدانه‌ای پوست در محل خود رشد کنند، خال ملانوسیتی به‌وجود آمده است. البته تعداد زیادی از ضایعات وجود دارند که به‌معنای واقعی خال نیستند اما به‌صورت عمومی اصطلاح خال در مورد آنها به کار می‌رود.

خال‌های قرمز، ضایعات بی‌خطر دوره میانسالی

برخی از این ضایعات برجستگی‌های قرمزرنگی در پوست است که آنژیوم گیلاسی نام دارد اما در اصطلاح عمومی به خال‌های قرمز شهرت دارد. این ضایعات قرمز که از سنین میانسالی روی پوست تنه و اندام‌ها دیده می‌شود، عروق خونی هستند که برجستگی پیدا می‌کنند، اندازه آنها حدود یک عدس یا کمی بزرگتر یا کوچکتر است و امکان دارد تعداد متعدد داشته‌باشد. آنژیوم‌ها ممکن است دوره‌ای محو شده و سپس دوباره ظاهر شوند. این ضایعات خطرناک نیستند و فقط از جنبه ظاهری می‌تواند برای فرد ناخوشایند باشد که به کمک لیزر امکان برداشتن آنها وجود دارد.

مصرف قرص‌های جلوگیری از بارداری و به‌ندرت بیماری‌های کبد در افزایش تعداد خال‌های قرمز تأثیر دارند که البته جزو موارد استثناست.

افزایش احتمال خال‌های قهوه‌ای در افراد با پوست روشن

برخی دیگر از ضایعات نیز پشت دست به‌وجود می‌آیند که خال‌های قهوه‌ای گفته می‌شوند. بعضی افراد این ضایعات را مرتبط با بیماری‌های کبد می‌دانند، در صورتی‌که هیچ ارتباطی با سلامت کبد ندارد. لکه‌های قهوه‌ای در نتیجه تماس یا نور خورشید طی سال‌ها روی پوست پشت دست و حتی صورت ممکن است ایجاد شوند. به لکه‌های قهوه‌ای، سنایل کراتوز یا کراتوز وابسته به سن نیز گفته می‌شود. هرچه پوست سفیدتر و تماس با نور خورشید طی سال‌ها بیشتر باشد، در سنین جوان‌تر امکان بروز دارند. اما هرچه سن افزایش می‌یابد، لکه‌ها پررنگ و به سمت قهوه‌ای تیره می‌روند و حتی ممکن است برجسته شوند. این لکه‌ها را می‌توان به کمک لیزر یا کرایوتراپی برطرف کرد. استفاده از کرم ضدآفتاب، محافظت از پوست در برابر تابش خورشید از طریق پوشش مناسب و استفاده از کرم‌های لایه‌بردار می‌تواند در کاهش شدت و بهبود آن موثر باشد. البته این لکه‌ها خطری برای سلامت ندارد و تنها از جنبه ظاهری برای فرد ناخوشایند است. ■

نگاه فلوشیپ جراحی پلاستیک صورت



جراحی اساسی‌ترین اقدام درمانی خال‌های بدخیم است

■ **دکتر بابک ساعدی** / استاد تمام دانشگاه تهران

شیوع خال‌های بدخیم که زمینه‌ساز مالنوم هستند، طی سال‌های اخیر افزایش یافته، به‌طوری‌که احتمال بروز آن در حدود ۱۰ سال اخیر به ۴درصد رسیده است. از آنجا که فعالیت‌های در محیط بیرون افراد بیشتر شده، زمینه بدخیمی خال‌ها نیز به‌دلیل مواجهه با نور خورشید افزایش یافته است.

ضرورت آگاهی در مورد خطر خال‌های بدخیم

علاوه بر تحمیل هزینه‌های سنگین درمان به جامعه، در مواردی می‌تواند حیات فرد را نیز تهدید کند. به‌رغم تلاش برای درمان خال‌های بدخیم، مالنوم جدی‌ترین سرطان کشنده انسان است که ۴درصد احتمال فوت را دارد و پیشگیری جدی‌ترین اقدام موثر محسوب می‌شود. علاوه بر پیشگیری از مواجهه با نور خورشید به‌عنوان مهم‌ترین عامل زمینه‌ساز، آموزش در مورد توجه به تغییر خال‌ها و تشخیص سریع آن برای جلوگیری از پیشرفت بیماری اهمیت دارد. مالنوم عمدتاً در دهه ۵۰ و ۶۰ زندگی اتفاق می‌افتد که مراقبت از دوران نوجوانی و جوانی زمینه خطر بروز آن را کاهش می‌دهد.

عوامل تأثیرگذار تشدید مالنوم

پوست روشن و موهای بور، زمینه خال‌های قهوه‌ای (فریکل) روی پوست، ابتلا به بیماری‌های پوستی ژنتیک، ضعف سیستم ایمنی و مواجهه مستمر و طولانی با نور خورشید به‌دلایل مختلف شغلی یا زیبایی زمینه بروز مالنوم را تشدید می‌کند. البته مساله ژنتیک نیز در این زمینه تأثیرگذار است. افرادی که خال‌های بزرگ دارند نیز در معرض ابتلا تا حدود ۲۰درصد برابر هستند. همچنین اگر خال‌ها حالت نودولار (گره‌دار) داشته‌باشند احتمال تهاجم بیشتر خال افزایش می‌یابد. علاوه بر توجه به زمینه خطر خال‌های بزرگ، هرگونه تغییر در اندازه، شکل، رنگ و علائمی نظیر خارش و… نیاز به بررسی فوری دارد زیرا تشخیص به‌موقع و سریع می‌تواند تا حد زیادی به بهبود بیماری کمک کند.

علاوه بر تغییر در حالت خال، دچار علائمی نظیر کاهش وزن، خستگی، کاهش اشتها، ضعف، تب، سرفه، تنگی نفس و درد شکم نشان‌دهنده وضعیت وخیم بیماری و درگیری اندام‌های دیگر است.

ایمنوتراپی، درمان نوین و امید به زندگی مطلوب بیمار

ضخامت خال مهم‌ترین عامل در تشخیص بدخیمی است. اگر خال ضخامت کمتر از یک میلی‌متر داشته، حاشیه پیدا نکرده و زخم ندارد، هنوز در مراحل اول است و می‌توان به درمان موثر امیدوار بود. در مواردی که مشکل به‌موقع تشخیص داده‌شود، برداشتن ضایعه و بخشی از بافت اطراف آن کفایت می‌کند اما گاهی پیشرفت می‌کند و می‌تواند غدد لنفاوی را درگیر کند. در چنین شرایطی بررسی درگیری بدن از لحاظ دست اندازی سلول‌های سرطانی ضروری است و امکان دارد نیاز به جراحی وسیع‌تر باشد.

جراحی اساس درمان خال‌های بدخیم است، هرچند که امکان دارد درمان‌های کمکی مانند رادیوتراپی یا شیمی درمانی نیز لازم باشد. متأسفانه وقتی بیماری در افراد جوان‌تر اتفاق می‌افتد حالت تهاجمی‌تر دارد و گاهی درمان چندان تأثیری ندارد.

امروزه ایمنوتراپی (تقویت سیستم ایمنی) نیز به‌عنوان روش نوین درمان برای مقابله با بیماری در موارد شدید موردتوجه است که می‌توان به کاربرد گسترده این روش در آینده و حفظ حیات بیماران امیدوار بود. ■

وجود ندارد، جای نگرانی نیست و درمان ضرورتی ندارد. گاهی لازم است برای برطرف‌شدن بقایای ضایعه، از لیزر استفاده شود.

ضایعات رنگدانه‌ای، لکه‌های خوش خیم و بی‌خطر

ضایعات پیکمانته یا رنگدانه‌ای نیز در نوزادان دیده می‌شود که یکی از شایع‌ترین آنها، لکه‌های شیرقهوه است. این لکه‌ها حالت بیضی و رنگ قهوه‌ای کم‌رنگ دارد و در هر قسمتی از بدن ممکن است دیده شود.

عموماً ضایعات خوش خیم هستند و نیازی به درمان خاصی نیست، مگر در بعضی موارد که تعداد بیشتر و اندازه بزرگتر داشته‌باشد که ممکن است با بعضی نشانگان‌ها مانند نوروفیبروماتوز مرتبط باشد.

ضرورت توجه در مورد خال‌های بزرگ

خال مادرزادی نیز جزو ضایعات رنگدانه‌ای است که ممکن است مسطح یا برجسته و با اندازه‌های متغیر از چند سانتی‌متر تا بیش از ۲۰ سانتی‌متر در نواحی مختلف بدن دیده شود. دو نکته مهم در مورد این خال‌ها وجود دارد، زیبایی و زمینه ابتلا به سرطان پوست. از لحاظ زیبایی مهم‌ترین اقدام، جراحی است که توسط جراح پلاستیک انجام می‌شود. از نظر زمینه مالنوم (سرطان پوست) نیز بررسی خال‌های بزرگ اهمیت دارد و لازم است والدین به‌طور دورهای کودک را نزد متخصص پوست ببرند تا زمینه خطر به‌موقع تشخیص داده‌شود. ■



کم‌رنگ می‌شود اما برطرف‌شدن کامل آن ممکن است چند سال طول بکشد.

اگر لکه در محل‌های حیاتی مانند لب، اطراف چشم، بینی و گوش باشد و امکان آسیب به عضو است، توصیه می‌شود از اقدامات درمانی کمک گرفته‌شود.

خوشبختانه داروهای خوراکی موثر در این زمینه وجود دارد. البته در مواردی که ضایعه کوچک و بدون زخم است و عارضه خاصی