



AZALEKO MINBIZIA GOIZ DETEKTATZEKO AUTOESPLORAZIOA

Larruazaleko minbizia goiz aurkitzeko, ez da erradiografiarik edo odol-analisirik egin behar, begiak eta ispilua besterik ez dira behar. Azaleko minbizia baduzu, emaitza onekin trata daitekeela ziurtatzeko modurik onena lehenbailehen aurkitzea da.

Larruazaleko autoaexplorazio erregularrak, hileroko miaketa baten maiztasun batekin, bereziki garrantzitsuak dira azaleko minbizia izateko arrisku handiagoa duten pertsonentzat, hala nola immunitate murriztua duten pertsonentzat, aurretik azaleko minbizia izan dutenentzat eta familiako aurrekari handia duten pertsonentzat.

Onena larruazalaren autoexplorazioa egitea da, argi asko dagoen gela batean eta gorputz osoko ispilu baten aurrean. Esku-ispilu bat erabil dezakezu eremu zailak ikusteko, izterren atzealdea bezala. Bikotekideak edo konfiantzazko lagun edo senide batek azterketa horiek egiten lagun diezazukete, bereziki ikusteko zailak diren eremuak direnean, hala nola bizkarra edo buruko ile-larrua.

Larruazala aztertzen duzun lehen aldian, arretaz aztertu gainazal osoa. Izan ere, orbainen patroia, akatsak, pekak edo oreztak edo eta azalean dituzun beste marka batzuk ezagutu beharko dituzu eta, hurrengo autoexplorazioan edozein aldaketa antzeman ahal izateko.

Jarraitu jarraibide hauek urratsez urrats larruazala aztertzeko:

Ispiluaren aurrean



Begiratu aurpegia, belarriak, lepoa, bularra eta sabelaldea. Emakumeek bularrak jaso beharko dituzte haien azpian azala aztertzeko.



Begiratu besoen azpiko aldeak, besoen bi aldeak, esku-ahurrak eta eskuen goiko aldeak, azala behatzen eta azazkalen artean.



Eserita



Begiratu izterren aurrealdea, bizkarrezurra (hanken azpialdea), oinen goialdea, azala oinetako behatzen artean eta luulen artean (azazkalen erroa).



Orain erabili esku-ispilu bat zure oinen behealdea, oinazpiak eta izterrak ikusteko. Begiratu hanka bat batera.



Erabili eskuko ispilu bat ipurmasailak, genitalen eremua, bizkarraren beheko aldea, bizkarraren goiko aldea eta lepoaren eta belarrien atzealdea aztertzeko. Errazagoa ere izan daiteke bere bizkarra hormako ispilu batean eskuko ispilu bat erabiliz ikustea.



Ilea bereizteko orrazia edo ile-lehorgailua erabili, ile-larrua aztertu ahal izateko.

Larruazalaren esplorazioa egiteko unerik onena bainatu edo dutxatu ondoren izaten da. Aztertu edozein orban, orezta edo jaiotza-marka burutik oinetaraino. Aldian behin bere larruazala aztertzen badu, bere azalean normala dena jakingo du.



Zer seinale bilatu behar ditut?

Azaleko minbizi guztiek ez dute itxura bera. Izan ere, azaleko minbiziak era eta neurri askotan ager daitezke. Batzuetan larruazaleko beste gaitz batzuen antza ere izan dezakete. Azaleko minbizi asko ohikoagoak dira eguzkitan egoteko joera handiagoa duten gorputz-ataletan, hala nola aurpegian, buruan, lepoan eta besoetan. Baina azaleko minbiziak gorputzeko edozein lekutan gerta daitezke.

Larruazaleko minbizi-mota ohikoenak hauek dira:

- Larruazaleko hazkuntza, orban edo protuberantzia berri bat, aldatu edo hedatu egiten dena.
- Hainbat asteren ondoren odoletan eta/edo osasuntsu ez dagoen ultzera bat.
- Orban gorri bat, latz edo ezkatatsua, odoletan egon daitekeena edo zarakarra sor dezakeena.
- Garatxo baten antzeko hazkundera.
- Orban bat (edo azaleko beste orban bat), berria dena edo tamainaz, formaz edo kolorez aldatzen dena.
- Forma bitxia, ertz irregularrak edo hainbat koloretako eremuak dituen orban bat.

Autoexplorazioan aldaketa edo lesio susmagarriren bat hautematen baduzu, galdetu medikuari.