American Cancer Society®

Pagsusuri sa Inyong Balat para sa mga Palatandaan ng Kanser

Kahit sino ay maaaring magkaroon ng kanser sa balat. Maraming batik na natutuklasan ng mga tao sa kanilang balat ay hindi kanser. Ngunit ang ilan ay maaaring kanser o palatandaan bago magkakanser. Kadalasan, ang mga kanser sa balat ay maaaring matuklasan nang maaga kung saan maaaring magamot nang mas madali ang mga ito. Maaari kayong makatulong sa pamamagitan ng pagsusuri sa sarili ninyong balat.

Ang pagsusuri sa inyong balat at pagpapasuri nito sa isang doktor o nurse ay mahalaga para sa lahat. Ngunit higit pang mahalaga ang mga pagsusuring ito kung mas nanganganib kayong magkaroon ng kanser sa balat.

Alamin ang Inyong Panganib para sa Kanser sa Balat

Kausapin ang inyong doktor tungkol sa inyong panganib at kung gaano kadalas ninyo dapat suriin ang inyong balat. Narito ang ilang salik ng panganib na maaaring gawing mas malamang ang pagkakaroon ng kanser sa balat ang isang tao.

- Pagkahantad sa untraviolet (UV) light mula sa paggugol ng oras sa init ng araw o paggamit ng mga tanning bed
- Pagkakaroon ng maraming nunal
- Pagkakaroon ng mapusyaw o mas maputing balat, mga pekas, at mapusyaw na buhok
- Pagkakaroon ng kasaysayan ng kanser sa balat sa inyong pamilya
- Pagkakaroon ng mahinang immune system
- Pagtanda

Paano Susuriin ang Balat

Sinasabi ng maraming doktor sa kanilang mga pasyente na suriin ang kanilang balat ng isang beses kada buwan. Ang pagsusuri sa balat ay pinakamahusay na magagawa sa harapan ng salamin na makikita ang buong katawan. Makakatulong din ang nahahawakang salamin. Siguraduhing naiilawan nang husto ang silid. Maaaring kailanganin ninyong ipasuri sa inyong asawa, katuwang, o malapit na kaibigan o miyembro ng pamilya ang inyong balat at anit.

Humarap sa salamin

- Suriin ang inyong mukha, mga tainga, ilong, dibdib, at tiyan. Kakailanganin ng mga kababaihan na itaas ang kanilang mga suso para suriin ang nasa ilalim nito.
- Suriin ang balat sa ilalim ng inyong mga braso, parehong bahagi ng inyong mga braso, at ang mga ibabaw at palad ng inyong mga kamay. Suriin din ang pagitan ng inyong mga daliri at ilalim ng inyong mga kuko.

Umupo

- Suriin ang harap ng inyong mga binti, mga ibabaw ng inyong mga paa, sa pagitan ng inyong mga daliri sa paa, at ang ilalim ng inyong mga kuko sa paa.
- Gumamit ng nahahawakang salamin para tingnan ang mga ilalim ng inyong paa at mga likod ng inyong mga binti.
- Gumamit ng nahahawakang salamin para suriin ang inyong puwit, ari, ibaba at itaas na bahagi ng likod, at likod ng inyong leeg at mga tainga. Maaaring maging mas madali ang tingnan ang inyong likod sa salaming nakasabit gamit ang nahahawakang salamin.
- Gumamit ng suklay o hair dryer para hatiin ang inyong buhok nang sa gayon ay nasusuri ninyo ang inyong anit.

Ano ang hahanapin

Mahirap malaman kung ang pagbabago sa inyong balat ay maaaring maging kanser. Narito ang ilan sa mga hahanapin. Ang pagtuklas sa isa o higit pa sa mga bagay na ito ay hindi nangangahulugang mayroon kayong kanser, ngunit kailangan kayong masuri ng doktor.

- Ang bago o nagbabagong pagtubo, batik, bukol, o umbok sa balat
- Isang singaw na nagdudugo o hindi gumagaling
- Isang magaspang o tuyong namumulang bahagi sa inyong balat, na maaaring manigas o magdugo
- Panibagong pangangati, pagsingaw, o pananakit
- Isang magaspang na umbok
- Isang nunal (o iba pang umbok) na bago o nagbabago ang laki, hugis, o kulay
- Isang nunal na may kakaibang hugis, hindi pantay na gilid, o mga bahaging may ibang mga kulay
- Pagkalat ng kulay ng nunal sa labas ng gilid ng nunal
- Pamumula o panibagong pamamaga sa labas ng gilid ng nunal
- Pagbabago sa labas ng nunal - pagtutuklap, pagnanaknak, pagdurugo, panibagong bukol o umbok.

Kung may natuklasan kayong bago o kakaiba sa panahon ng pagsusuri sa balat

- Gumuhit ng bilog sa palibot ng bahaging ito gamit ang market o pen.
- Kung ang inyong phone ay may kamera, kunan ito ng litrato.
- Magpa-appointment para matingnan ito ng doktor. Ang natatanging paraan para malaman kung ito ay kanser sa balat ay makipag-usap sa isang dalubhasa.

Para sa impormasyon tungkol sa kanser, tulong sa pang-araw-araw, at suporta, tumawag sa American Cancer Society sa **1-800-227-2345** o bumisita sa amin online sa **www.cancer.org/skincancer.** Narito kami sa tuwing kailangan ninyo kami.

©2021, American Cancer Society, Inc.
Blg. 080801
Ginagamit ang mga modelo para sa layunin ng paglalarawan lamang.

ACCREDITED CHARITY
bbb.org/charity