



جامعة الإمام عبد الرحمن بن فيصل
IMAM ABDULRAHMAN BIN FAISAL UNIVERSITY

المدينة الطبية الأكاديمية | AMC . IAU

مستشفى الملك فهد الجامعي
King Fahd University Hospital

سرطان الجلد



١١ مايو ٢٠٢٥

الشهر العالمي

لمزيد من المعلومات، الرجاء
الضغط على رمز الاستجابة:



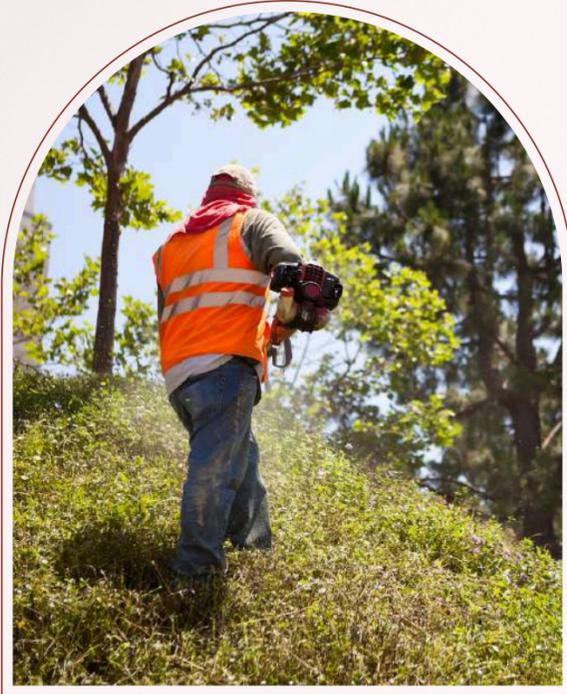
وحدة التوعية الصحية
HEALTH AWARENESS UNIT

كيف تنتج سرطانات الجلد ؟

تنتج من التعرض للإشعاع فوق البنفسجي الناجم عن أشعة الشمس أو عن مصادر اصطناعية مثل أسرة التشمّس



الأشخاص المعرضون للخطر على نحو خاص



العاملون في الهواء الطلق



الأشخاص ذوو الودحات في جلدتهم



الأشخاص ذو البشرة الفاتحة



الاطفال- المراهقين

الوقاية



- الحد من الوقت الذي تقضيه تحت أشعة الشمس عند الظهيرة.
- تجنب حمامات الشمس و أسرة التسمير .
- ضع واقياً من الشمس واسع النطاق ومقاومًا للماء مع عامل حماية من الشمس (SPF) يبلغ 30 أو أعلى
- ارتداء ملابس واقية.
- ارتداء قُبَّعة ذات حافة عريضة لحماية العينين والوجه والأذنين والرقبة من أشعة الشمس.
- قم بإجراء فحوصات ذاتية منتظمة للجلد للكشف عن سرطان الجلد مبكرًا، ر قابلية للعلاج،
وقم بزيارة طبيب أمراض جلدية متخصص إذا لاحظت وجود بقع جديدة أو مشبوهة على جلدك،
أو أي شيء يتغير، أو حكة أو نزيف.

