

Miten erottaa luomi melanoomasta? Avuksi voi ottaa tämän VARMA-muistisäännön. Mitä useampi alla olevista ehdoista täyttyy, sitä herkemmin luomi kannattaa näyttää ammattilaiselle!



**V = VÄRI** Hyvänlaatuinen luomi koostuu yleensä yhdestä väristä ja sen mahdollisista tummuusasteista. Esimerkiksi ruskea luomi voi olla keskeltä hieman tummempi tai vaaleampi kuin reunoilta, mutta yhä edelleen se on ruskea. Mutta jos luomessa nähdään montaa eri VÄRIÄ, esimerkiksi ruskean lisäksi punaista, mustaa, vaaleanharmaata tai violettiä, niin sitä voi pitää huolestuttavana. Mitä useampaa väriä, sitä arveluttavampaa se on pahanlaatuisuuden suhteen.



**A = ALA** Luomen pinta-alalla on merkitystä. Pahanlaatuinen luomi kasvaa käytännössä aina suuremmaksi. Jonkinlaisena nyrkkisääntönä voi pitää 0,5 cm halkaisijaa (n. lyijykynän paksuus). Jos luomi ei koskaan kasva sitä suuremmaksi, on epätodennäköistä, että se olisi pahanlaatuinen. Suuret ja varsinkin alati ympäristöönsä laajentuvat luomet herättävät ihon ammattilaisissa herkemmin epäilyksiä.



**R = REUNAT** Hyvänlaatuiset luomet ovat yleensä muodoltaan pyöreitä tai soikeita, ja ne rajoittuvat ympäröivään ihoon selväpiirteisesti. Huolestuttava luomi voi olla "karttamainen", eli sen reunat ovat epätasaiset, vailla symmetriaa, tai ne kumpuilevat piparkakun tavoin. Ihon ja luomen välinen rajapinta voi olla myös häilyvä, luomi ikään kuin sulautuu ihoon.



**M = MUUTOS** Syöpäsolut jakaantuvat koko ajan, ja jos luomi on syöpä, niin se on jatkuvassa muutostilassa. On huolestuttavaa, jos vuosikaudet samanlaisena olleen luomen väri tai muoto muuttuu suhteellisen nopeasti – viikoissa tai kuukausissa. Ihosyöpä tulee yleensä terveelle iholle ikään kuin uutena luomena, mutta joskus syöpä voi alkaa vanhasta luomesta, ja tällöin sen erottaa luomessa tapahtuneena muutoksena. Muutoksia arvioidessa kannattaa hyödyntää kännykän kameraa!



**A = ALUEET** Hyvänlaatuinen luomi on yleensä vain itsensä näköinen ja koostuu pelkästään yhdestä alueesta. Jos erilaisia osia on useita, esimerkiksi luomen toinen puoli on ihon tasalta kuopalla ja toinen taas koholla, se on epäilyttävää. Osa luomea voi tuntua sormeen karhealta, toinen taas silkinsileältä. "Alueet" muistuttaa meitä myös siitä, että melanooma voi tulla keholla mihin tahansa, ei siis pelkästään sinne, mikä on saanut eniten suoraa auringonpaistetta. Melanooma voi olla hiuspohjassa, varpaiden välissä, kynnessä tai jopa silmän sisällä.

