

五月是皮肤癌意识月。对于皮肤癌，你认识多少？为加强公众对皮肤癌的认识，《活得好》请新加坡国立癌症中心肿瘤外科顾问医生陈玮晶和肿瘤外科副顾问医生Natascha Ekawati Putri解答常见的迷思。

文 / 庄秀慧 zhuangxh@sph.com.sg

华族患皮肤癌 风险较高？



顾问医生陈玮晶



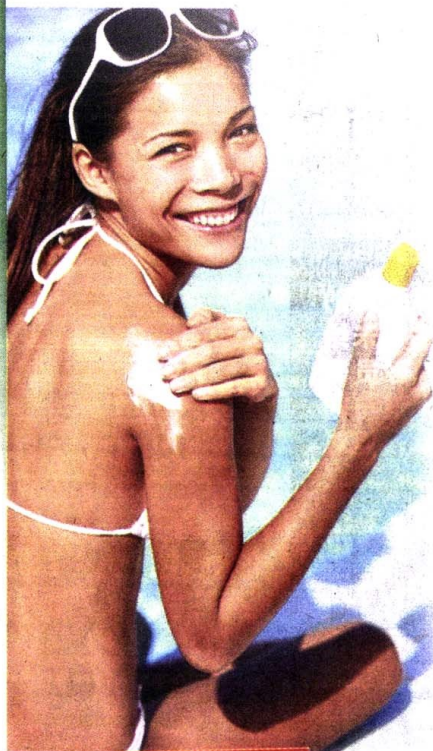
副顾问医生
Natascha Ekawati Putri

破解迷思！

▲如果发现皮肤任何异状，
应尽早求医。(istock)

1 皮肤癌会传染？

皮肤癌不会传染。患病
的风险因素包括：长期
曝晒、过度接触紫外线或
有皮肤癌家族史等。



2 老年人才会患病？

任何年龄层的人群都可能患
皮肤癌。虽然较罕见，但潜在的
遗传因素，也就是基因，会导致一些
幼童患皮肤癌，如着色性干皮症
(Xeroderma Pigmentosum)。

3 只涉及皮肤？

癌症晚期时，除了影响皮肤深
层，导致周围的器官与组织被破坏，
也可能扩散到周围的淋巴结和其他器
官。到了这阶段，单靠切除所影响的
癌瘤已不足够，可能需要手术切除更
大的范围，或更多治疗，如化疗、放
疗和免疫治疗，以控制病情。

做好防晒有助预防皮肤癌。
关于防晒，你做对吗？

Q: 每天早上涂一层防晒品就够？

建议每天使用，最好外出15分钟
前涂抹，并约每两小时重新涂抹（如
果大量流汗或进行水上运动，涂抹的
次数应更频密。）

Q: 使用SPF指数越高的防晒品， 效果更持久？

使用具有广谱保护性（可防止
UVA和UVB射线）至少SPF 30或以上的
防晒霜。指数越高，可阻挡较多的
紫外线。

但要注意的是，指数越高，并不
代表防晒功效越持久。还是要记得经
常重新涂抹。

Q: 多云的天气、长时间在室内，或 到国外过冬，就不需防晒？

A: 其实，所有上述的情形都还是
需要防晒，因为皮肤仍有可能接触到
紫外线。

▲做好
防晒有助预
防皮肤癌。
(istock)

免费工作坊

新加坡国立癌症中心将
于6月9日（星期六）举办免费
的皮肤癌工作坊（CancerWise
Workshop），课题包括：了解皮
肤、常见皮肤变化、常见皮肤癌、
风险因素、症状、治疗等。

●时间：下午1时30分至3时
30分（从下午1时开始报名）。

●地点：新加坡国立癌症中
心礼堂，四楼（11 Hospital Drive,
Singapore 169610, Peter &
Mary Fu Auditorium）

●如何报名：致电6225
5655（星期一至五早上8时30分
至下午5时30分），12岁以下孩童
不能入场。