

## Frågor och svar om pigmentnevi

### Vad är ett nevus?

Ett neuvus (pluralis: naevi) är den latinska beteckningen för det som i dagligt tal kallas nevi, födelsemärke eller leverfläck. En vuxen individ har i genomsnitt mellan 60–70 nevi per individ (om man räknar dem som är  $\geq 2$  mm). De första uppträder under spädbarnsåret (enstaka kan finna redan vid födseln) och antalet ökar under uppväxtåren. Nyttillkomna större nevi ( $>2$  mm) efter 30 års ålder är mindre vanligt.

Nevi kan ha olika utseende. En del ligger ytligt, vilket innebär att de är platta (i hudens plan) och de pigmenterade cellerna ligger ytligt i huden. Andra är mer eller mindre upphöjda, kupolformade med pigmentcellerna liggande djupare ner i huden. Vanligt är att denna typ av nevi successivt tappar pigment och blir alltmer hudfärgade. Ibland växer det hårstrån i dessa nevi.

### Är de farliga?

Majoriteten av alla nevi blir aldrig farliga! Att man har många nevi är ingen anledning att operera bort dem.

I en del familjer föreligger ett stort antal nevi hos familjemedlemmar. Man har också sett att det finns ett samband mellan antal nevi och mängden solljus man är utsatt för framför allt under uppväxtåren. Att ha ett stort antal nevi betraktas som en riskfaktor för utveckling av malignt melanom (den hudcancerform som utgår från pigmentceller i huden och kallas fortsättningsvis enbart melanom i denna skrift) men det är ingen dramatisk riskökning utan det är en rad andra faktorer såsom hudtyp (hur ljushyad man är och hur bra eller dåligt man tål sol) solvanor, ärftlighet med mera spelar också roll.

### Vad ska man uppmärksamma?

Förändringar som sker på ett oregelbundet sätt. Tillväxt i bara en del av ett nevus, tillkomst av flera färger eller om en del av kanten plötsligt blir oskarp kan det vara ett tecken som man ska vara uppmärksam på. Sker detta och framför allt om det sker relativt snabbt (över någon eller några månader), ska man söka läkare för bedömning. Fast oftast är det så att majoriteten av alla melanom uppstår som en helt ny pigmentförändring och inte i ett tidigare nevus, dyker det upp helt nya pigmentförändringar som skiljer sig åt från de nevi man har tidigare och som tillväxer, bör man få detta undersökt.

### Vad kan man göra för att förebygga hudcancer?

Sola med försiktighet!!! Viktigt är att undvika att bli rödbränd.

- Undvik vara ute längre tid i solen när UV-strålningen är som högst, det vill säga mellan kl. 11.00 -15.00.
- Kläder och hatt är bästa solskyddet.
- På hud som inte kan skyddas av kläder används solskyddskräm med hög solskyddsfaktor, **minst** 30 och med UVA symbol. Smörj rikligt och upprepa smörjningen om du är ute i solen en längre tid eller badar.
- Vistas i skuggan.

### Tänk på att också skydda barnen på ovanstående sätt!

Bilder på vanliga godartade nevi.



### Vilka andra pigmentfläckar kan finnas på huden?

Huden ombildas och förnyas kontinuerligt med tillkomst av åldersrelaterade förändringar som oftast är av helt godartad karaktär. I vuxenlivet tillkommer gulbruna till svarta, inte sällan feta eller skrovliga, så kallade seborroiska keratoser ("åldersvårter"/"mjällvårter"). Dessa skavs ibland av men nybildas ofta åter igen. På solexponerade områden, särskilt i ansikte och över bröst-, axel- och skulderpartiet, uppträder ofta släta pigmentfläckar som kallas lentigo solaris ("vuxenfräknar"). De kan vara upp till cm-stora. Mycket vanligt är också röda mm-stora fläckar som ibland utvecklas till rödvioletta knutor. Dessa betingas av ytliga blodkärlsansamlingar och kallas senila angiom.

