

我的痣會變惡性黑色素瘤嗎

文 / 臺北醫學大學附設醫院 皮膚科主治醫師 李宗儒

一般說的「痣」主要是指「黑色素痣」，源自黑色素細胞的增生。黑色素細胞主要散布於皮膚各處，這也是膚色與髮色的來源。一般黑色素細胞增生的痣是良性的，但黑色素細胞也可能癌變增生，形成惡性黑色素瘤，臨床上常被誤認為痣而不以為意，最後確診時已是末期而難以處理。民國 104 年的統計，皮膚惡性黑色素瘤約佔所有皮膚癌的 7%，但致死率卻是最高。皮膚科門診常有病患憂心忡忡的前來諮詢身上的痣是否為黑色素細胞癌，以下整理一些相關資訊。

◎大多數的惡性黑色素瘤「不是」從痣變來的

根據研究，不到三分之一的惡性黑色素瘤來自原先存在的痣，百分之七十的黑色素瘤是從原本正常的皮膚長出。為了早期發現惡性黑色素瘤，需要養成定期自我檢查的習慣，看皮膚是否出現新的異常斑點或是原有的痣短時間內變大變深。若有發現異常就需要尋求皮膚科醫師透過皮膚鏡或手術切片的方式來排除惡性。

◎手掌腳掌的黑斑須注意是否有異常變化

肢端型惡性黑色素瘤 (acral lentiginous melanomas) 好發在有色人種，華人的肢端型惡性黑色素瘤更為惡

性，五年存活率約五成，據統計此類病患往往在病灶出現後的五年左右才會確診，此時遠端轉移的機率就大幅增加。但是不代表所有長在肢端的痣都有問題，基本上定期觀察痣的形狀顏色是否均勻與是否有變化皆可提供初步的篩檢，不需過度擔心。

◎定期皮膚自我檢測以及早發現惡性黑色素瘤

至少每三個月到半年自我檢測身上的黑斑。在家自我檢測的方法：站在鏡子前檢查身體前後，彎曲手肘檢查上肢、手掌、前臂與上臂內側。坐在椅子上檢查下肢，包含腳底與腳縫。再撥開頭髮檢查頭皮與後頸。最後拿手持鏡檢查背臀部。而哪些是惡性變化的警訊呢？比較常用的是「ABCDE」評估方式：形狀不對稱 (Asymmetry)、邊緣不規則 (Border)、顏色不均勻 (Color)、病灶大於 6mm (Diameter)、快速變化或生長 (Evolving)。

皮膚上的痣或黑斑若有異狀與疑慮，請至皮膚科做進一步檢驗，因為惡性黑色素瘤若是太晚發現，容易轉移與復發。如果是美觀上的考量，也先經皮膚科醫師檢查排除惡性後再進行美容醫學與雷射處置。

