

Zastanawiasz się czasem, czy pieprzyki i różne znamiona, które mamy na skórze, mogą być dla nas niebezpieczne? No, niestety czasami tak.
Dzisiaj dowiesz się, które z nich mogą nas zaniepokoić i co wtedy należy zrobić.

Tematem lekcji jest: **Znamię! Znam je? - co wiesz o czerniaku?**

Większość pieprzyków i różnych znamion jest dla naszego zdrowia całkowicie bezpieczna i nie ma wpływu na nasze zdrowie. Bywa jednak tak, że są one objawem bardzo niebezpiecznej, często śmiertelnej choroby nowotworowej, czyli **czerniaka**.

- Co to jest czerniak?
- Gdzie go szukać na naszym ciele?
- Jak szybko rośnie?
- Czy jesteś w grupie podwyższonego ryzyka?
- Jak się chronić przed czerniakiem?

Włącz **padlet**, a tam znajdziesz odpowiedzi na te pytania, obejrzysz też fajny film edukacyjny, dowiesz się, jak radzą sobie znani sportowcy oraz sprawdzisz, czy umiesz rozpoznać czerniaka biorąc udział w quizie.

Link do tableta: <https://padlet.com/betik1/czerniak>

Pamiętaj! Jeśli masz znamiona czy pieprzyki, które Cię niepokoją, powiedz o tym rodzicom i idź do lekarza.

Chroń skórę przed słońcem!

Używaj kremów z filtrem!