

Podceňovaný zabiják melanom

Začíná léto, čas koupání, dovolených u moře a častějšího pobytu na slunci. Intenzivnější působení slunečních paprsků na lidskou pokožku přispívá ke zvýšení rizika výskytu kožních onemocnění a patří také k hlavním příčinám vzniku zhoubného melanomu kůže. Není přitom podstatné, zda své volno trávíte na pláži u moře, nebo na rodinné chatě u rybníka.

Rakovina kůže a melanom

Rakovina kůže je onemocnění, které postihuje nejprve kůži, a v některých případech může zakládat dceřiná ložiska (metastázy) v jiných orgánech. Některé z těchto nádorů mohou působit destruktivně pouze v místě svého vzniku a poškozovat nejen kůži, ale i okolní sliznice, svalovinu, kosti a chrupavky, jiné ohrožují na životě metastázováním. Mluvíme-li o rakovině kůže, máme na mysli nádory vznikající z povrchové kožní vrstvy – pokožky. Jedná se o bazaliom, spinaliom a o nejnebezpečnější formu kožní rakoviny, maligní melanom, zhoubný nádor vznikající nekontrolovatelným růstem pigmentových buněk. Přestože se jedná o jeden z méně běžných typů rakoviny kůže, je příčinou největšího počtu úmrtí.

V České republice jím v současnosti onemocní přibližně 2 400 osob za rok a toto číslo každoročně stoupá. Zhruba pětina z tohoto počtu na něj zemře. Těchto nádorů nejvíce přibývá ve skupině mužů nad 50 let, kteří podle statistik podceňují riziko kožní rakoviny, a u žen ve věku 10–29 let, které často podléhají trendu snědé, atraktivní kůže. Odborníci odhadují, že 45–50 % lidí, kteří se dožijí 65 let, bude mít alespoň jeden typ rakoviny kůže.

Kožní onemocnění Češi rádi podceňují

V České republice je situace v souvislosti s melanomem alarmující hlavně z důvodu neustálého nárůstu výskytu onemocnění. V přepočtu na 100 tisíc obyvatel byl v roce 1970 hlášen výskyt tří nových onemocnění v populaci, v roce 2002 to bylo již patnáct nových případů, v současnosti pak výskyt překročil dvacet diagnostikovaných ročně. „Opálená kůže bývá často považována za důkaz zdraví. Kult slunce ale může být v mnohém velmi nebezpečný,“ uvádí doc. MUDr. Ivana Kuklová, CSc., specialista oboru dermatologie z kliniky Zámeček Malvazinky, kterou provozuje společnost Mediterra. „Za posledních čtyřicet let se ozónová vrstva zmenšila o deset procent. Znamená to, že na Zemi dopadá asi o dvacet procent více nebezpečného UVB záření a delší pobyt na slunci tak představuje i větší riziko,“ dodává doc. Kuklová.

Příznaky dokážeme rozpoznat sami

Zhruba 30–50 % melanomů vznikne na podkladě pigmentového znaménka. Svou kůži známe nejlépe sami a zvláště tehdy, když si ji a především mateřská znaménka pravidelně kontrolujeme, dokážeme sami odhalit sebemenší odchylky v průběhu času. Příznaky, které signalizují počínající přeměnu klidného pigmentového znaménka, jehož včasné odstranění často předejde rozvinutí zhoubného nádoru, můžeme shrnout do tzv. ABCDE pravidel.

Včasné vyšetření může zachránit život

V souvislosti se zhoubným melanomem je důležité zmínit, že tento druh rakoviny je možné léčit a jeho včasné zachy-

ení výrazně zvyšuje pacientovy vyhlídky na úplné uzdravení. „Cílem nás dermatologů je odhalit maligní melanom včas, tedy ve stádiu, kdy ještě nejsou založeny metastázy,“ připomíná doc. MUDr. Ivana Kuklová. „Pravidelné vyšetření u dermatologa zaručuje, že bude nemoc diagnostikována ve fázi, kdy je naděje na úspěšnou léčbu velmi pravděpodobná. Důležité je prohlížet své tělo a reagovat na signály, kterými mohou být změna velikosti, tvaru nebo barvy pigmentového znaménka, eventuelně svědění nebo bolest, a pokud se zjistí něco neobvyklého, je nutná kontrola u lékaře.“

Zvlášť obezřetní by ve vztahu ke slunci měli být lidé, kteří mají na těle více mateřských znamének nebo pigmentových skvrn, neboť může jít o příznaky přednádorových kožních stavů. Zvýšené riziko mají také osoby se světlou pleť, lidé světlavlasí s modrými očima či lidé s rezavými vlasy. Na pozoru by se měli mít i ti, u nichž nebo u jejichž rodinných příslušníků se melanom vyskytl.

(red)

ABCDE pravidlo

● **A (asymmetry): asymetrie**
Asymetrická je skvrna, která nemá pravidelný tvar.

● **B (border): ohraničení**
Hranice skvrny by měla být ostrá a pravidelná. Neostré, rozptíle ohraničení nebo nepravidelné výběžky vybíhající ze znaménka by měly upoutat vaši pozornost.

● **C (colour): barva**
Není příznivé, když je znaménko tmavě hnědé až černé nebo má nepravidelnou skvrnitou pigmentaci s různými odstíny.

● **D (diameter): průměr**
Pigmentové znaménko, jehož průměr je větší než 5 milimetrů, by nemělo uniknout vaší pozornosti.

● **E (elevation): vyvýšení**
Pokud pozorujeme růst pigmentového znaménka do výšky, může to být známkou nádoru. Pokud však máme mateřské znaménko již řadu let nad úrovní okolní kůže, nemusí to znamenat nebezpečí.