Tisková zpráva

**Pozor na opalování. Spálená kůže výrazně zvyšuje riziko vzniku melanomu**

Praha, 18. června 2020 – Léto, to jsou dovolené, koupání a slunění. Dnes už snad i malé dítě ví, že při chytání bronzu je třeba být obezřetný. Ultrafialové záření je totiž jedním ze dvou klíčových faktorů, jež se podílí na vzniku nebezpečného melanomu – zhoubného národu kůže. Navzdory značné osvětě týkající se zdravého opalování, nemocných s rakovinou kůže přibývá. V České republice jde dokonce o sedmé nejčastější nádorové onemocnění.2 Včasné odhalení nemocije přitom klíčové, lidem na preventivní vyšetření přispívají zdravotní pojišťovny.

V České republice počet nově zachycených onemocnění setrvale narůstá. Ročně je u nás zhoubný melanom příčinou úmrtí zhruba 400 osob.2 Pozitivním trendem je alespoň vysoký počet zachycení melanomu v jeho časných stadiích, kdy je ještě možné jej léčit. Včasnou diagnostiku podporuje také program prevence onkologických onemocnění Zdravotní pojišťovny ministerstva vnitra ČR (ZP MV ČR). Ta svým klientům již několik let poskytuje z fondu prevence finanční příspěvek ve výši až 500 Kč (dětem až 1000 Kč) na vyšetření kožních znamének pomocí digitálního dermatoskopu, který dokáže nebezpečné útvary na kůži odhalit. „Zájem o toto vyšetření je každým rokem větší. Loni jej využilo více než 3500 klientů a pojišťovna jim přispěla téměř 1,8 milionu korun,“ říká Hana Kadečková, tisková mluvčí ZP MV ČR.

ZP MV ČR vydává rok od roku na léčbu rakoviny kůže čím dál vyšší částky. „Za posledních pět let se výdaje na léčbu melanomu více než zdvojnásobily. V loňském roce vynaložila pojišťovna na léčbu pacientů s rakovinou kůže téměř 74 milionů korun. Aktuálně evidujeme 543 pacientů, roční náklady na jednoho nemocného činí 136 tisíc korun,“ dodává Hana Kadečková.

**Nebezpečná rakovina kůže**

Maligní melanom je nebezpečný zejména kvůli své schopnosti metastázovat do kůže, podkoží, lymfatických uzlin nebo kteréhokoliv vnitřního orgánu. Jeho vznik je podmíněn geneticky, a především ultrafialovým zářením, zejména jeho UVB složkou.1 Melanom se častěji vyvine právě u lidí, kteří si v životě vícekrát spálili kůži. I proto je důležité k opalování přistupovat zodpovědně, tzn. vyhýbat se přímému slunci mezi 11. a 15. hodinou, používat krémy s vysokým ochranným faktorem chránícím jak před UVA, tak i před UVB spektrem, a to alespoň 20 minut před pobytem venku. Důležité je mazat svou kůži těmito ochrannými prostředky nejen při pobytu u vody, ale i na horách nebo při sportu. Zvýšené opatrnosti je třeba dbát u dětí, jelikož spálená kůže v dětství je považována za vysoce rizikový faktor. Kojenci a děti do jednoho roku by neměli být vystavováni přímému slunci vůbec.2,5

**Jak poznat melanom**

Melanom je nádorové onemocnění postihující především lidi s bílou barvou kůže. Zatímco v Indii se objeví u 0,2/100 000 obyvatel ročně, v Evropě je tento poměr 1/100 obyvatel, u bílého obyvatelstva Austrálie dokonce 1/25.1 Melanom se vyvíjí až ve třetině případů na podkladě již vrozených znamének, mnohem častěji se nádor ale vytvoří na zdravé kůži. Projevem je pak skvrna odlišné barvy měnící svou tloušťku, velikost či tvar, nebo zánět či svědění, které se projeví v jejím okolí. V takovém případě je nezbytné co nejdříve nechat barevné změny na kůži zkontrolovat dermatologem.3,4

Zdroje:

1. <https://www.onkologiecs.cz/pdfs/xon/2010/04/03.pdf>
2. <https://mzcr.cz/dokumenty/melanom-je-7nejcastejsi-nador-u-naspocet-postizenych-stale-roste_12462_3438_1.html>
3. <https://www.linkos.cz/files/stranky/pro-odborniky/o-spolecnosti/odborne-sekce-cos/sekce-dermatoonkologie/kuze_plakat.pdf>
4. <https://www.mou.cz/c43-d03-melanom-kuze/di63>
5. <http://hygpraha.cz/dokumenty/evropsky-den-melanomu-3067_3067_161_1.html>