

Pozor na rakovinu kůže!



Výskyt melanomu kůže je na vzestupu a může za to vzrůstající záliba v „opékání se“, a to i v zimním období díky módě solárií. Jen na okraj: solária nejsou ani trochu zdravá a fenomén zimního opalování není nikde jinde zdaleka tak silný jako u nás.

Lidská kůže chrání, ale ne vždy ochrání

Lidská kůže je důmyslně fungujícím orgánem, který chrání tělo před přímým vlivem prostředí. Je uzpůsobena na přiměřený pobyt v chladu, teple i na slunci. Složení kůže, její tloušťka, regenerace, geneticky podmíněné množství a funkční schopnost melanocytů – buněk, ve kterých se tvoří melanin (černý pigment), to vše vytváří souzvuk při tvorbě přirozené ochrany před sluncem.

V závislosti na intenzitě záření a době působení mohou sluneční paprsky vyvolat akutní nebo chronické poškození organismu. Při překročení minimální erytémové dávky (čas působení letního poledního slunce na kůži, po kterém dojde k jejímu zčervenání) vzniká spálení kůže.

Už malé množství UVB záření poškozuje strukturu DNA v zárodečných buňkách kůže. Vlastní reparační systém se stará o to, aby změny byly do 24 hodin opraveny. Jestliže poškození přetrvávají, přenášejí se v genetické informaci do následujících generací dceřiných buněk. Jedná se o tzv. mutaci.

Při vzniku další mutace se defekt rozšiřuje a po překročení toleranční hranice může vzniknout nádorová buňka. **Oslabení imunity se projevuje v celém organismu.**

Maligní (zhoubný) melanom je jeden z typů rakoviny kůže. Vzniká z buněk – melanocytů, které jsou uloženy ve spodní vrstvě kůže a vytvářejí hnědé barvivo zvané melanin, odpovědného za barvu kůže.

Mateřská znaménka jsou příkladem seskupení mnoha melanocytů dohromady. **Riziko melanomu úměrně narůstá s počtem přítomných pigmentových mateřských znamének, se slabou tvorbou pigmentu a s počtem spálení kůže sluncem v dětském věku.**

Rakovina kůže

- Za posledních 15 let stoupl v ČR počet melanomů téměř o 90 %.
- Kožní nádory u nás představují čtvrtinu všech druhů nádorů.
- **Ročně zemře v ČR 300 lidí s diagnózou melanom kůže.**
- Ve světové statistice výskytu melanomu obsadili čeští muži deváté, české ženy patnácté místo.
- Je-li kožní nádor malý, má pacient téměř stoprocentní šanci na přežití. Při rozvinutém melanomu klesají jeho šance na přibližně 40 procent.
- **Už pouhá tři spálení kůže během života zvyšují riziko onemocnění melanomem víc než dvojnásobně.**

Základní formy maligního melanomu

- **Povrchově se šířící maligní melanom**- nejčastější typ. Roste nejprve povrchově, až později začne pronikat do hlubších vrstev kůže. Na kůži se růst projevuje vytvořením hrbolku na tmavě hnědé až černé plošce.
- **Nodulární melanom**- již od počátku je patrný hrbol vyvýšený nad okolní kůži, který také signalizuje, že nádor prorůstá do větší hloubky kůže.
- **Lentigo maligna melanom**- plošná ložiska, na nichž se střídají světlejší a tmavší odstíny hnědé barvy.
- **Akrolentiginózní melanom**- vzniká především na periferních partiích lidského těla, typicky na ploskách či dlaních nebo pod nehty.

Mějte rádi svoji kůži!

Po opalování by měla následovat vlažná sprcha (ne horká ani studená, oboje může pokožku oslabenou intenzivním sluncem výrazně podráždit). **Poté je třeba vysušenou pokožku ošetřit hydratačními přípravky**, které jsou určeny k péči po opalování. Požadovaného účinku (zklidnění kůže, hydratace a chladivého pocitu) umí dosáhnout většina z nich. Rozdíl mezi tělovým mlékem a mlékem po opalování je v množství tuku. Ta po opalování jsou poněkud „hubenější“, neboť jejich účelem je dodat pokožce především ztracenou vláhu.