

Je čas na znamienka



DERMATOSKOP je prístroj, ktorým sa vyšetrujú znamienka na koži. Je to špeciálna lupa so svetlom, vďaka ktorej vidí lekár znamienka úplne dokonale.

Znamienka na koži nám nemusia celý život vadit', ale opatrnosť je aj tu na mieste. Za istých okolností sa totiž nevinné znamienko môže zvrhnúť na veľmi nebezpečný malígný melanóm, ktorý doslova ohrozuje náš život! Aké znamienka môžeme mať na našej koži? Ktoré sú nebezpečné? Je slnko v tomto prípade naozaj náš nepriateľ? A kedy je najlepší čas na odstránenie znamienok? O tom všetkom sa porozprávame s MUDr. PAVLOM IŠTOKOM, MBA zo súkromného zdravotníckeho zariadenia PROKTOVENA, v ktorom sa venujú aj znamienkam na koži.

SM: Čo si môžeme predstaviť pod označením znamienko?

- Znamienka sa odborné nazývajú pigmentové (melanocytové) lézie a vznikajú tak, že sa na danom mieste v koži nahromadí hnedé farbivo (melanín). PIGMENTOVÝ NÉVUS

je tmavohnedá škvrnka, ohraničená obyčajne ostro, s veľkosťou od milimetra do veľkosti aj desať milimetrov. Treba upozorniť, že každé znamienko, ktoré má v sebe pigment, sa môže za určitých okolností zmeniť a zvrhnúť na melanóm, preto treba znamienka pravidelne sledovať a akúkoľvek zmenu konzultovať s lekárom.

SM: Na koži máme aj iné útvary?

- Áno, sú to HEMANGIÓMY, tumorčeky z cievy, ktoré majú typické červené sfarbenie a FIBRÓMY, ktoré sú výrastky na koži. Väčšinou bývajú na krku, v podpazuší, na očných viečkach alebo pod prsiami. Fibrómy sú celkom neškodné a nezvrhávajú sa. Na koži môžeme mať aj BRADAVICE, ktoré sú väčšinou vírusového pôvodu. A postupne s vekom pribúdajú na našej koži aj KERATÓZY. Sú to chrastičky, ktoré sa olupujú. Hoci si chrastičku odlúpime, ranka sa opäť zapáli a spravi sa nová chrastička a ranka sa nehojí. Tie

posielame na histologické vyšetrenie, lebo sa v nich môže nachádzať BAZALIÓM.

SM: Je teda bazalióm nebezpečný?

- Bazalióm sa nazýva aj bazocelulárny karcinóm a ten by sa mal vždy z preventívneho hľadiska odstrániť. Je to totiž rakovina, ale iba lokálna, ktorá sa nešíri a nerobí metastázy. Keď sa už raz u človeka bazalióm vyskytne, je pravdepodobné, že sa mu budú tvoriť aj ďalšie.

SM: Aké sú ďalšie nebezpečné znamienka?

- Je to SPINOCELULÁRNY KARCINÓM, ktorý na rozdiel od bazaliómu môže aj vzdialene metastázovať. Preto sa pacient po jeho vybratí posielajú na onko-dermatologické pracovisko, kde mu urobia ďalšie vyšetrenia. Najhorší je však MALÍGNÝ MELANÓM, na ktorého vznik má veľký vplyv prílišné slnečné žiarenie. Je veľmi agresívny a aj v prípade, že je malý, metastázuje do viacerých orgánov aj do kostí. Musím upozorniť, že sa netýka len staršej generácie, ale aj mladých ľudí do 30 rokov! Pacienti s malígnym melanómom sa okamžite posielajú na vyšetrenie do onko-dermatologického centra, kde sú na tento typ rakoviny najlepší špecialisti a kde sa pacient podrobí podrobným vyšetreniam. Podľa výsledkov sa musí stanoviť tzv. staging ochorenia a podľa štádia sa pacientovi určí správny typ liečby. V Bratislave sú dve onko-dermatologické centrá – Národný onkologický ústav a Onkologický ústav svätej Alžbety.

SM: Ako my laici rozoznáme, ktoré znamienka sú nebezpečné?

- Treba si dávať pozor hlavne na znamienka, ktoré menia farbu, ktoré prestávajú byť ohraničené, ktoré menia tvar, veľkosť a ktoré svrbia alebo krvácajú. Nebezpečné sú aj znamienka na miestach, ktoré sú pravidelne dráždené, napríklad na okrajoch spodnej bielizny, lebo tie sa časom môžu vplyvom ustavičného dráždenia zvrhnúť. Často sa zabúda, že znamienka bývajú aj odspodu nôh, kde sa dráždia pri chôdzi, alebo sú na nohách na mieste, kde ich oškiera obuv.

SM: Osobitnou kapitolou, čo sa týka



znamienok, je nadmerné opaľovanie sa. Lekári už dlhodobo varujú, aby sme sa nevystavovali slnečným lúčom v lete medzi jedenástou až pätnástou hodinou. Je toto slnenie naozaj také nebezpečné?

- Veru je, aj keď sa to možno mnohým ľuďom nebude páčiť. Slnečnému žiareniu by sme sa mali vyhýbať medzi jedenástou až pätnástou hodinou a pri opaľovaní treba vždy použiť krém s ochranným SPF faktorom 30 až 50. Krém na opaľovanie si vyberáme podľa toho, ako dlho sa vystavujeme slnečnému žiareniu a aký máme prirodzený fototyp pokožky. Už sa robia vyšetrenia, ktoré nám povedia, aký typ kože máme a podľa toho volíme krémy. Lebo napríklad, ak si dáme krém s faktorom 15 a náš typ kože je 30, nestačí nám to. Krémovať by sme sa mali aj počas opaľovania, nie iba raz pred ním, lebo prípravok sa postupne z kože samočinne odstraňuje a vo vode pri kúpaní sa samozrejme zmýva. Veľmi dobré je používať aj krém po opaľovaní, ktorý upokojí opálenú pokožku. Pri natieraní sa krémom nezabúdajme na citlivé oblasti ako nos, uši, priehlavky, ale

napríklad aj cestičku vo vlasoch. Miesta so znamienkami by sme si mali pri opaľovaní chrániť, napríklad klobúkom, či uterákom.

SM: Kto je najviac ohrozený rakovinou kože?

- Zhubný melanóm postihuje najčastejšie tých, ktorí majú na pokožke veľké množstvo znamienok. Ak sa ich množstvo pohybuje v rozsahu 50 až 90, zvyšuje sa riziko malígneho melanómu až dvojnásobne! Preto ak máme veľa znamienok, raz do roka by sme mali ísť ku kožnému lekárovi alebo k chirurgovi, ktorý sa rozumie znamienkam a robí dermatoskopiu.

Dnes sú už aj chirurgické ambulancie na Slovensku vybavené celotelovým digitálnym skenerom, ktorý oskenuje celé telo a a počítač vyhodnotí rizikové znamienka, ktoré treba odstrániť. Jedno až dve spálenia na slnku zvyšujú nebezpečenstvo vzniku melanómu u žien jeden a pol násobne, u mužov 2,8 násobne a u detí je to ešte oveľa viac! A ešte upozorním, že na rakovinu kože najčastejšie umierajú muži vo veku okolo 50 rokov, ktorí podceňujú prevenciu.

SM: Kedy je najvhodnejšia doba na odstránenie znamienok?

- Tá doba na preventívne odstraňovanie znamienok práve prichádza – je to jeseň a zima, lebo nie je tak teplo a rany sa lepšie hoja, okrem toho ich nevystavujeme slnku, pretože sme zakrytí odevom. Samozrejme, ak treba riešiť podozrivé znamienka, zákrok sa musí urobiť okamžite.

SM: Vyšetrujete pacientov so znamienkami aj na vašej klinike?

- Samozrejme, pacienta najprv vyšetříme pomocou dermatoskopu a ak treba, znamienka odstraňujeme a vzorky posielame na histologické vyšetrenie. O pacienta sa postaráme od prvotného základného vyšetrenia až po doriešenie problému. Pacientov s malígnym melanómom samozrejme posielame okamžite na onko-chirurgické pracovisko, kde túto problematiku riešia komplexne.

MÝTY O ZNAMIEŇKACH

- znamienka, ktoré má človek od detstva, sa nezvrhávajú (môžu sa zvrhnúť)
- ochlpené znamienka sa nezvrhávajú (môžu sa zvrhnúť)
- po odstránení znamienka dochádza k jeho zvrhnutiu (nie, znamienko je už zvrhnuté, a lekár ho v danom čase odhalí)
- u detí sa znamienka odstraňujú až v puberte (u detí posudzujú znamienka detskí kožní lekári a ak uznajú za vhodné znamienko odstrániť, tak sa odstráni)
- malé znamienko nemôže byť malígnym melanóm (môže)
- malígnym melanóm je čierny, bolí a krváca (môže to byť tak, ale aj nemusí, lebo čierny melanóm je charakteristický práve tým, že nebolí a navonok sa nijako neprejavuje ani nekrváca a v tom je tá zrada)



Pigmentový névus

V súkromnom zdravotníckom zariadení **PROKTOVENA** sú špecialisti na všetky žilové ochorenia a poradia si nielen so znamienkami, ale robia tu špičkové chirurgické zákroky, ktoré sa týkajú aj žíl. Robia aj operačné zákroky na výrastky, na kožné tumorčeky (lipómy, gangliomy, atheromy, lymfadenopathiu). Výhodou sú najmodernejšie prístroje, krátka čakacia doba a v neposlednom rade aj príjemné prostredie a personál. Zdravotnícke zariadenie **PROKTOVENA** nájdete **v Bratislave na ulici Zátišie 5** (blízko jazera Kuchajda). Telefón **+421 911 700 374**.

E-mail: repcia@proktovena.sk, webová stránka: www.proktovena.sk