

Dr n.med. Katarzyna M. Kondras
Specjalista dermatolog i wenerolog
ARTMEDIS Sp. Cywilna
Łódź, ul Kusocińskiego 61

CZERNIAK SKÓRY – CZY MI GROZI?

Czerniak skóry może rozwinąć się u każdego. W Polsce co roku występuje ok 3000 zachorowań na czerniaka, z czego około połowa wykrywana jest w stadium zaawansowanym lub rozsianym. Szacuje się, że liczba czerniaków podwaja się co 10 lat. Tylko w 2016 r. na czerniaka skóry zachorowało 400 mieszkańców województwa łódzkiego (z czego 53% stanowiły kobiety), co stanowi 17 osób na 100 tys. mieszkańców, **75% chorych to osoby po 54 roku życia**. Może to wynikać ze złych nawyków i postaw osób w wieku dojrzałym, które najrzadziej stosują się do zaleceń dotyczących ochrony przed czerniakiem. Pacjenci ci myślą, że już nie warto się chronić i że nie ma to w ich wieku znaczenia. Nic bardziej mylnego, skóra ciągle pamięta, a jak mówią cytowane wyżej dane ryzyko rozwoju czerniaka wzrasta znacząco w piątej dekadzie życia.

Świadomość naszych rodaków na temat czerniaka rośnie z roku na rok. Polacy wiedzą, że powinni obserwować swoje ciało, aby zidentyfikować czerniaka w porę i nawet robią to dość regularnie. Samoobserwację znamion deklaruje 79 proc. pacjentów. Problemem jest jednak to, że pacjenci nie do końca wiedzą, na co należy zwrócić uwagę i co powinno ich zaniepokoić.

Czerniak jest jednym z najbardziej złośliwych nowotworów skóry. Wywodzi się z melanocytów – komórek wytwarzających w skórze barwnik – melanicę, obecnych w warstwie podstawnej naskórka. Jednak rokowanie w przypadku zachorowania zależy w najwyższej mierze od stopnia zaawansowania miejscowego guza. Dlatego też, tak bardzo istotne jest jego wczesne wykrywanie i leczenie.

Najistotniejszymi czynnikami ryzyka zachorowania na czerniaka skóry są:

1. czynniki genetyczne - występowanie czerniaka w rodzinie, skóra o jasnej karnacji, pojawianie się nowych znamion barwnikowych, występowanie licznych znamion barwnikowych oraz występowanie tzw. znamion melanocytowych atypowych lub obecność dużego znamienia wrodzonego oraz
2. czynniki środowiskowe takie jak: oparzenia słoneczne, nadmierna ekspozycja na słońce (zwłaszcza w dzieciństwie i młodym wieku) . Uważa się, że najbardziej groźne dla skóry są krótkotrwałe i intensywne (np. na urlopie w krajach południowych, ale także i w naszym klimacie) ekspozycje skóry na promieniowanie UV.

Znamiona barwnikowe (melanocytowe) to łagodne zmiany barwnikowe skóry zbudowane z nagromadzonych melanocytów. Mogą być obecne w chwili narodzin (znamiona wrodzone) lub pojawiać się w późniejszym okresie życia (znamiona nabyte). Najwięcej pojawia się ich w okresie pokwitania, natomiast w okresie dojrzałości pojawiają się jedynie pojedyncze zmiany. Średnio u jednej osoby

występuje od 15 do 20 znamion, ale jest to cecha bardzo zróżnicowana w zależności od badanej populacji.

Czerniak może rozwinąć się w obrębie znamienia melanocytowego lub w skórze niezmienionej. Leczenie polega na jego wycięciu chirurgicznym z odpowiednim marginesem skóry otoczenia. Wycięta zmiana podlega badaniu histopatologicznemu.

Najważniejszym czynnikiem prognostycznym (ale nie jedynym) w przypadku czerniaka jest stopień naciekania skóry przez ten nowotwór – istnieje ścisła zależność pomiędzy grubością czerniaka, a wynikami 10-letniego przeżycia pacjentów. Nowotwór o grubości nacieku poniżej 0,75 mm (w tzw. skali Breslowa) może być uleczalny nawet w 100%, dlatego też tak ważne jest wczesne wykrywanie czerniaka.

W profilaktyce zachorowania na czerniaka należy pamiętać o unikaniu zarówno intensywnych i niekontrolowanych naświetlań słonecznych, jak i korzystania z solariów. Bardzo ważna jest samokontrola skóry: każda nowa zmiana barwnikowa pojawiająca się na skórze lub zmiana wielkości, obrysu, symetrii, koloru, kształtu już istniejącego znamienia jest wskazaniem do badania w gabinecie dermatologicznym. Ważne są też systematyczne (co kilka miesięcy) badania w gabinecie dermatologicznym przy pomocy dermatoskopu oraz chirurgiczne usuwanie zmian skórnych, które mają cechy przemiany złośliwej lub poprzedzającej jej rozwój.

Aktualnie na terenie województwa łódzkiego jest realizowany Program profilaktyki nowotworów skóry ze szczególnym uwzględnieniem czerniaka złośliwego dla mieszkańców województwa łódzkiego współfinansowany ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Łódzkiego na lata 2014-2020.

Jedną z placówek w której realizowany jest w/w projekt jest Przychodnia Artmedis Program „Czerniak – to widzę!” realizowany przez przychodnię Artmedis skierowany jest do **osób w wieku 18-64 mieszkających/pracujących/uczących się w Łodzi lub powiatach: łaskim, sieradzkim, zduńskowolskim, pabianicki.**

W ramach programu Pacjenci mają zapewnioną:

- **bezpłatną konsultację lekarza specjalisty dermatologa**
- **bezpłatne szczegółowe badanie i ocenę znamion skór dermatoskopem/wideodermatoskopem**
- **bezpłatne warsztaty edukacyjne** dotyczące profilaktyki czerniaka
- **bezpłatny pakiet edukacyjny** (broszura i krem z filtrem UV)

Czas trwania Programu 04.2022-09.2023

Więcej informacji oraz zapisy:

www.czerniaktowidze.com, www.artmedis.com.pl

NZOZ Artmedis Łódź, ul. Kusocińskiego 61

Tel. 789 042 009

Piśmiennictwo

1. Roesh A., Volkenandt M. Czerniak. W: Burgdorf W.H.C., Plewig G., Wolff H.H., Landthaler M. Braun-Falco Dermatologia. Tom III Wyd. Czelej sp. z o.o. Wyd. II polskie Lublin, Str. 1442-1459. 2011.
2. Tronnier M. Plamy barwnikowe oraz znamiona melanocytowe. W: Burgdorf W.H.C., Plewig G., Wolff H.H., Landthaler M. Braun-Falco Dermatologia. Tom III Wyd. Czelej sp. z o.o. Wyd. II polskie Lublin, Str. 1422-1441. 2011.
3. Dąbkowski J. Czerniak złośliwy. W: Błaszczyk -Kostanecka M., Wolska H. Dermatologia w praktyce. Wyd. Lekarskie PZWL, Warszawa, Wyd. II, Str.258-263. 2009.
4. Dąbkowski J. Znamiona barwnikowe. W: Błaszczyk-Kostanecka M., Wolska H. Dermatologia w praktyce. Wyd. Lekarskie PZWL, Warszawa, Wyd. II, Str.252-257. 2009.

