

Keď je slnko nepriateľ

Bývam blízko jazera Kuchajda (kúsok od neho je zhodou okolností aj zdravotnícke zariadenie **PROKTOVENA**) a v lete vždy žasnem nad ľuďmi, zväčša seniormi, ktorí si ráno o deviatej políhajú na deky na breh a pražia sa na slnku až do podvečera. Napriek všeobecne známym varovaniam, že slnko v takomto prípade nie je náš lekár, ale vrah! A keďže letná sezóna sa pomaly blíži, dnes sa s **MUDr. PAVLOM IŠTOKOM, MBA** zo súkromného zdravotníckeho zariadenia **PROKTOVENA**, porozprávame o znamienkach, ktoré má na svojej koži každý z nás. Väčšina je neškodná, ale niektoré sú smrteľne nebezpečné!

SM: ZNAMIEŇOK NA KOŽI MÁME VEĽMI VEĽA. DÁ SA V NICH VÔBEC NEJAKO ZORIENTOVAŤ?

- Dá. Celkovo znamienka na koži môžeme rozdeliť na dve základné skupiny, zhubné a nezhubné. Povedzme si najprv niečo viac o tých nezhubných. **PIGMENTOVÝ NĚVUS** je tmavo hnedá škvrnka, ohraničená obyčajne ostro, od milimetra do päťšesť milimetrov. Pozor - névus sa časom môže zvrhnúť na melanóm! Znamienko podobnej veľkosti, ale jasnočervenej farby, sa volá **HEMANGIÓM**. Je to tumorček z cievy, ktorý vytvára typické červené bodky, veľkosti od 1 mm do 8 mm. Často sa na koži nachádza **FIBRÓM**, je to tuhá hrčka na koži, ktorá rastie a môže tiež narásť až do pol centimetra. Okrem toho máme na koži ešte **BRADAVICU**, ktorá je vírusového pôvodu a najčastejšie býva pod pazuchami, na krku, alebo v slabinách. S vekom pribúda na koži výskyt **KERATÓZ**. Sú to olupujúce sa lokalizované tumorčeky, ktoré tvoria chrasty a tie sa olupujú. Tu opäť pozor



MUDr. Pavel Ištok MBA

- často sa stáva, že keď ju vyrežeme a pošleme na histologické vyšetrenie, nájdeme v nich bazalióm, o ktorom si povieme viac trochu nižšie.

SM: TOTO BOLI VŠETKO NEZHUBNÉ ZNAMIEŇKA, POĎME SI TERAZ VIAC POVEDAŤ O ZÁKERNEJ SKUPINE ZNAMIEŇOK, KTORÉ PATRIA MEDZI ZHUBNÉ.

- Na prvom mieste je to už spomenutý **BAZALIÓM**, teda bazocelulárny karcinóm. Tento musíme odstrániť vždy už z preventívneho hľadiska, aby sme ho mohli poslať na histologické vyšetrenie, pri ktorom zistíme, či je to len vyššie spomínaná keratóza, z ktorej pôvodne vychádza, alebo je to už bazalióm. Pacient si to všimne tak, že si objaví akoby ranku, ktorá môže mať priemer aj pol centimetra, na ktorej sa mu spraví chrasta, tú si odškrabne, ale ona sa znova zapáli a rozšíri, spraví sa nová chrastička a nehojí sa to. Jediná možnosť je v lokálnej anestéze ho vyrezať s bezpečnostným lemom aspoň 5 milimetrov od okraja. Bazalióm je ten lepší prípad, lebo je to síce rakovina, ale lokálna, teda taká, ktorá sa nešíri do lymfatických uzlín ani do krvného obehu a nerobí metastázy. Ak ho vyberieme kompletne, pacient je vyliečený a posielame ho od nás na kožnú ambulanciu, kde by sa mal prihlásiť a potom chodiť pravidelne na preventívne polročné prehliadky danej jazvy. Môžu totiž vzniknúť recidívy a nový bazalióm môže rásť aj na inom mieste. A keď už raz človek bazalióm má, má aj predispozíciu na ďalšie. Mal som jednu 85 ročnú pacientku, ktorej som vyberal postupne až 25 bazaliómov!

SM: POĎME TERAZ NA ĎALŠIU SKUPINU





ZHUBNÝCH ZNAMIEŇOK...

- Ďalší je **SPINOCELULÁRNY KARCINÓM**. Ten vychádza z iného typu buniek a aj keď vyberieme toto znamienko kompletne, pacienta musíme poslať na onko-dermatologické pracovisko, kde ho ešte musia dovyšetrovať. Urobia mu snímky hrudníka, skontrolujú mu lymfatické uzliny, či tu nemá metastázy, lebo tento karcinóm už môže na rozdiel do bazaliómu robiť vzdialené metastázy. Nie je však až tak nebezpečný, ako najhorší a najobávanejší **MALÍGNY MELANÓM**. Je to veľmi zradné ochorenie, ktoré vzniká hlavne po prílišnom slnečnom žiarení. Veľmi často ho objavíme tak, že znamienko, ktoré je pôvodne hnedé, sa zmení na čierne, začne svrbieť a krváčať alebo začne rásť. Keď nebolí, pacient si to ani nevšimne a nerieši, že znamienko zmenilo farbu na tmavšiu. Ale my už pri vyšetrení vidíme, že ide o typický melanóm. Pozor - malígny melanóm sa nesmie vyberať pri lokálnom umrtnení v chirurgických ambulanciách, preto musíme rozlíšiť, či ide malígny melanóm.

SM: JE TENTO MALÍGNY MELANÓM VEĽMI NEBEZPEČNÝ?

- Áno, je veľmi agresívny a aj keď je malý, dokonca až prehliadnutelný, veľmi rýchlo metastázuje do kostí, do kože, do žalúdka, do mozgu, kde môže zapríčiniť porážku. Vraví sa, že zažiarí, vyšle metastázu a potom sa stratí. A nevynecháva ani mladých ľudí do 30 rokov!

SM: AKO SA ĎALEJ POSTUJE PRI MALÍGNYM MELANÓME?

- Musí sa vybrať v celkovej anestéze tak, že sa vyberie aj príslušná spádová lymfatická uzlina. Tým sa zabráni ďalšiemu metastatickému rozsevu a to je veľmi podstatné. A pri každom zhubnom ochorení treba stanoviť TNM klasifikáciu, čo znamená popísať tumor, popísať lymfatické uzliny a metastázy. Z tejto TNM klasifikácie sa potom stanoví štádium ochorenia, od prvého až po štvrté a podľa toho sa nastaví typ liečby.

SM: TAKŽE SI EŠTE ZOPAKUJEME, PRI KTORÝCH ZNAMIEŇKACH MUSÍME BYŤ ZVLÁŠŤ OPATRNÝ A S KTORÝMI TREBA ÍŠŤ OKAMŽITE K LEKÁROVI?

- Je to pri znamienkach, ktoré zmenili farbu na jasnočiernu a z ohraničených sa stali neohraničené, ktoré zmenili tvar, veľkosť, ktoré svrbia, alebo krvácajú.

SM: A PREČO VLASTNE ZNAMIEŇKA NA KOŽI VZNIKAJÚ?

- To sa zatiaľ neodhalilo. Ak ide o pigmentové lézie, je to melanín, teda kožné farbivo, ktoré sa vyzráža v koži, ale tiež nevieme, prečo. S pribúdajúcim vekom však pribúdajú keratózy a bazaliómy, hlavne starší človek by mal preto pravidelne raz za rok, za dva absolvovať preventívnu prehliadku znamienok, pri ktorej kožný lekár alebo chirurg so skúsenosťami s dermatoskopom prezrie všetky znamienka a odstráni tie, ktoré treba.

SM: EXISTUJE NEJAKÁ PREVENCIA VOČI TOMU, ABY SME NEDOSTALI MELANÓM?

- Tak ako sme už povedali, na premenu nezhubnému znamienka na melanóm vplýva aj prílišné slnečné žiarenie. Ľudia, ktorí sa viac slnia, majú viac keratóz, ale môže sa stať, že aj neškodný pigmentový névus sa vplyvom nadmerného slnečného žiarenia zmení na melanóm. Preto to s opalovaním netreba preháňať. Mali by sme si chrániť tvár aj hlavu pred slnkom, ak sa slníme, tak nie medzi jedenástou a treťou hodinou a ak sme na slnku, musíme sa natierať prostriedkami s ochrannými faktormi. Už sa robia vyšetrenia, kde 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. A ak máme na koži veľa znamienok, radšej ju vôbec nevystavujeme slnečnému žiareniu. Dávame si zvlášť pozor na znamienka, ktoré máme na miestach s mechanickým dráždením, lebo jeho vplyvom sa tiež môžu zvrhnúť. Preto je lepšie dať si ich vybrať. 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: OBČAS POČUŤ OD PACIENTOV, ŽE VZNIK MELANÓMU MU SPÔSOBIL CHIRURG, TÝM, ŽE MU VYBRAL ZNAMIEŇKO... MÔŽE SA TO STAŤ?

- To nie je pravda! Chirurg vyberie znamienko a pošle na histologické vyšetrenie ak tam sa objaví melanóm, tak ten tam je a nie je pravda, že vznikol preto, lebo ho vybral chirurg. Ak sa náhodou vyberie nepoznaný melanóm, tak chirurg s histologickým vyšetrením musí poslať pacienta na dovyšetrovanie na onko-dermatologickú ambulanciu, kde sa často naplánuje reoperácia za účelom rozšírenia bezpečnostného lemu okolo melanómu s vybratím lymfatických uzlín.

SM: VO VAŠOM ZARIADENÍ MÁTE LEKÁRA, KTORÝ MÁ DLHOROČNÉ SKÚSENOSTI SO ZNAMIEŇKAMI, PRIČOM PO DERMATOSKOPICKOM VYŠETRENÍ NAPLÁNUJE VYBRATIE A HISTOLOGIZÁCIU ZNAMIEŇOK...

- Áno, je to doktor Novák, ktorý má dlhoročné skúsenosti v tejto problematike, jeho špecialitou sú práve znamienka a celkové vyšetrenie kože a tumorov na koži už niekoľko desaťročí. Sme radi, že ho máme, lebo je to kapacita medzi odborníkmi.

V súkromnom zdravotníckom zariadení **PROKTOVENA** sú špecialisti na všetky žilové ochorenia a poradia si nielen s hemoroidmi, ale robia tu špičkové chirurgické zákroky, ktoré sa týkajú ciev a žíl. Výhodou sú najmodernejšie prístroje, krátka čakacia doba a v neposlednom rade aj príjemné prostredie a personál. Zdravotnícke zariadenie **PROKTOVENA** nájdete v Bratislave na ulici Zátiašie 5 (blízko jazera Kuchajda). Telefón **+421 911 700 374**. E-mail: **recepacia@proktovena.sk**, webová stránka: **www.proktovena.sk**.