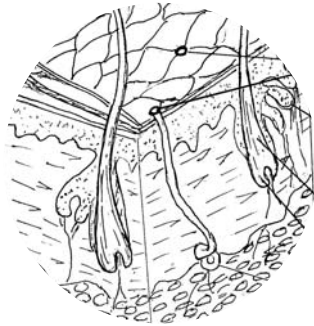


Prof. MUDr. Petr Arenberger, DrSc., MBA

# Kůže má dobrou paměť

Začátkem května postavil prof. MUDr. Petr Arenberger, DrSc., MBA, z Dermatologické kliniky 3. LF UK a FN Královské Vinohrady se svými kolegy na Václavském náměstí v Praze Stan proti melanomu. Už třetí rok v řadě v něm kolemjdoucím zdarma vyšetřovali pigmentová znaménka. Když říká, že už by to příští rok nedělal, nevěřte mu. Je plný energie a dělá to, o čem ostatní pouze hovoří: aktivně se stará o prevenci.



**Výskyt nových případů** maligního melanomu a dalších kožních nádorů se v posledních desetiletích stále zvyšuje. Již dnes jsou maligní kožní nádory nejčastějšími nádory vůbec.

Ještě hrozivější situace panuje u samotného maligního melanomu. Za posledních třicet let se jeho výskyt zpětinasobil, a pokud by se tento trend

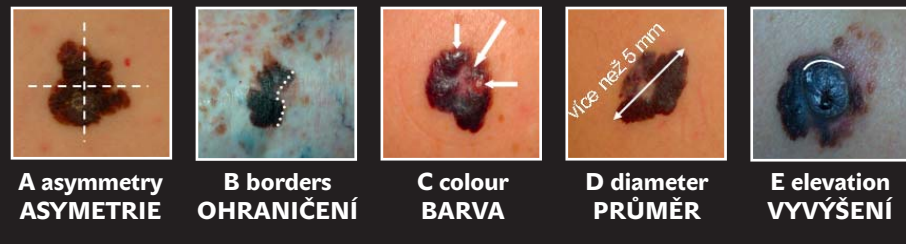
stan a v pěti „ordinacích“ začali vyšetřovat.“ Profesor Petr Arenberger si určitě nepředstavoval, jak fyzicky náročné dva dny to budou. „První rok jsme z toho byli úplně hotoví a celkově jsme vyšetřili něco přes tisícovku lidí. V loňském roce jich bylo dokonce víc a letos to narostlo o dalších tři sta, takže jsme vyšetřili 1567 lidí.“ Práce se rozhodně vyplátila.

## Jak to celé začalo

Závislost na slunění spustila Coco Chanel, když v roce 1923 vystoupila dosněda opálená z lodi. Od té doby chtěl být skoro každý snědý. Tento trend oslabuje teprve v posledních letech.

„Když jsem chodil na gymnázium nebo na fakultu, taky jsem se vyvaloval na sluníčku. Teď z toho mám problémy, třeba se mi objevil na čele kožní nádor bazaliom. Naštěstí na to dnes existuje fotodynamická terapie, která ho dokáže zlikvidovat bez jizvy.“

Profesor Arenberger říká, že hlavní problém kůže je ten, že má paměť. Co jste jí provedli v mládí, ve stáří se vám vrátí. „Někteří pacienti jsou jako moje dcery. Já jim řeknu Nedělej to, a ony na to Hele, já jsem to udělala a nic se mi nestalo. A stejně je to se sluníčkem. Stokrát jdete na sluníčko a nic se neděje, ale chronické působení postupně udělá škody. Naše populace se paradoxně nádorů nebojí, protože ty nepostihnou každého, ale hlavně spíše ženy reagují na argumentaci postavené na stárnutí kůže, tvorbě vrásek a senilních pigmentací, které se ultrafialovým zářením

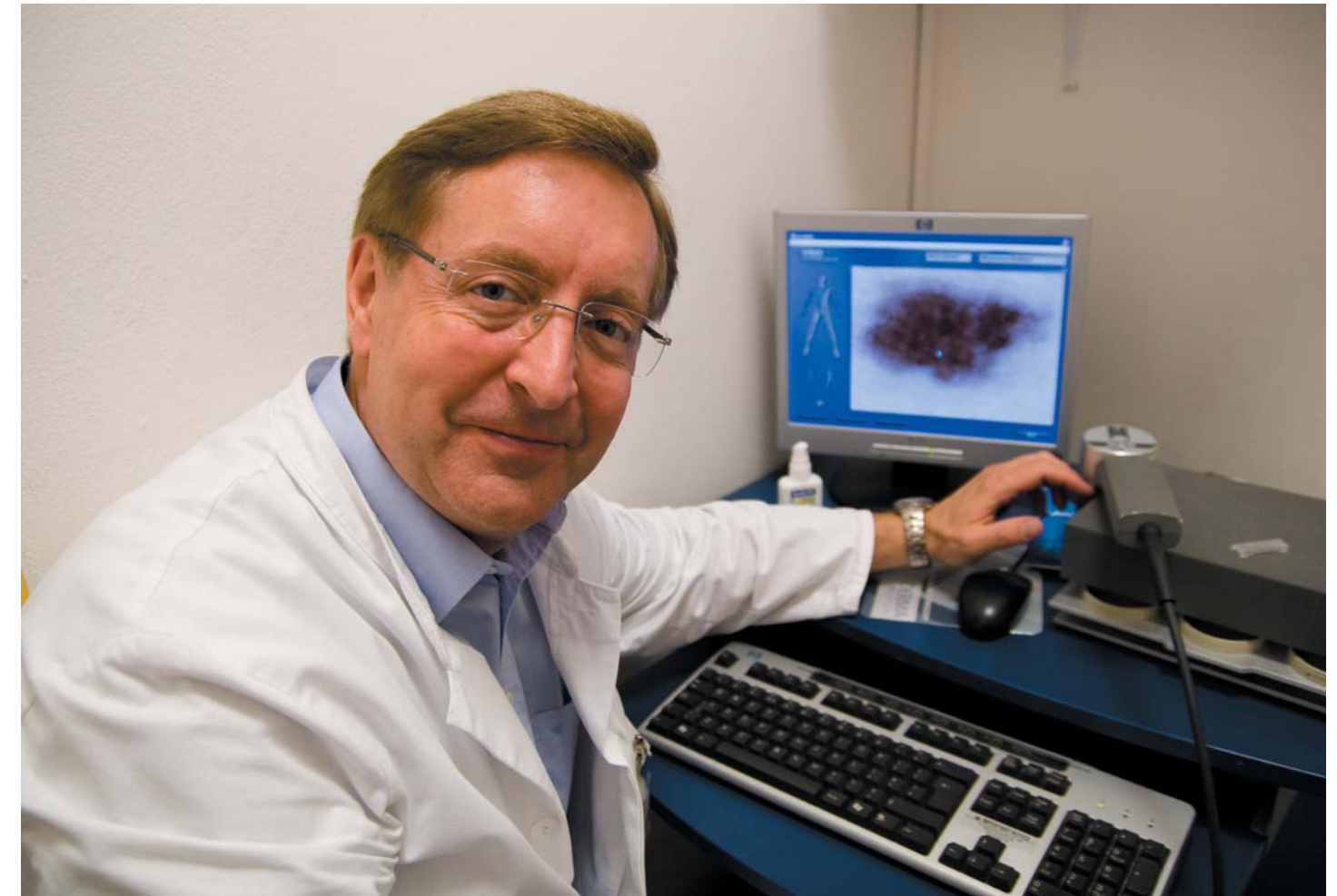


**Které změny na mateřských znaménkách bývají varovnými známkami?**

udržel, bude po roce 2040 melanom nejfrekventovanějším nádorem. „Proto jsme se na naší klinice rozhodli, že nebudeme jen pasivně čekat na příchozí za tlustým sklem v čekárně ambulance, ale že vyrazíme za našimi pacienty do terénu. Protože nejvíc lidí bývá tradičně na Václavsku, postavili jsme si tam před třemi lety

Jenom letos našli přes 60 kožních nádorů, z toho 11 melanomů – o něco méně než loni. „Trochu optimisticky si říkáme, že lidé již o problematice něco vědí a nechodí na vyšetření primárně k nám do stanu, ale spíše půjde o chybu malých čísel a na problému se toho až tolik nezměnilo. Ale úspěšnost je i tak obrovská.

*Až polovina melanomů vzniká z mateřského znaménka*



urychlí. Tento osvětový argument zabere snaději a navíc sekundárně působí i na prevenci nádorů.“

Možná to jednou dopadne tak, že o nebezpečí budeme informovat všude, kde nás bude ohrožovat sluneční záření. Potom se třeba s varovnými nápisy setkáme v soláriích, na koupalištích nebo plážích. „Moje sekretářka dostala jako dárek egyptské cigarety, na kterých je kromě nápisu o škodlivosti kouření také fotka pacienta na jednotce intenzivní péče, který má v sobě nastrokané různé „šlahouny“, jak se ho lékaři snaží zachraňovat před udušením. Možná by nebylo od věci, aby obdobné varovné cedulky s fotkami umírajících pacientů byly na místech, kde je zvýšené riziko vzniku melanomu.“

## Strašení pomáhá

Profesor Arenberger bojuje proti kožním nádorům na všech frontách. Můžete ho vidět v televizi, slyšet v rozhlasu, nebo si přečíst jeho reakce v denním tisku. „Naše zatím neúčinnější kampaň byla reportáž ve Střepinách na Nově před dvěma lety, po které do kožních ordinací po celé republice přišla úplná záplava lidí. V reportáži jsme představovali jednoho pacienta, kterému se ve třiceti dvou letech objevilo znaménko. Babička ho honila, ať už jde za doktorem. Když konečně přišel, měl metastázy všude možně po těle. Když jsme s ním reportáž v jeho 35 letech točili, metastázy melanomu mu do kůže uvolňovaly takový popelavý pigment, takže vypadal děsivě.

Reportáž byla naladěna velmi emočně, pacient si přál její odvysílání, aby sloužila jako memento pro ostatní. Celé to ještě podtrhl fakt, že nemocný dva dny před odvysíláním reportáže zemřel.“

Předpokládá se, že z mateřských znamének vzniká asi třicet až padesát procent melanomů. V takovém případě je jejich určování jednodušší, protože se dá dobře poznat, když někde bylo znaménko, a pak se tam vytvořil melanom. Opačná možnost – tedy že se melanom vyvine na dřívě zcela zdravé kůži, se považuje za hůř. „Samozřejmě platí, že čím víc mám mateřských znamének, tím je větší riziko vzniku maligního melanomu. A poslední výzkumy ukazují, že mateřských znamének přibývá. Prokázalo se,

## Odstraňování *sporných znamének* laserem se nedoporučuje

že počet znamének není ovlivněn jen dědičností, ale také dávkami ultrafialového záření, kterým je exponována dětská kůže. Nemusím samozřejmě připomínat, že do jednoho roku věku by děti na sluníčko chodit neměly vůbec. Přibývání počtu mateřských znamének vlivem UV záření je důvod, proč by se proti němu děti měly intenzivněji chránit. Protože čím mají méně mateřských znamének, tím je menší pravděpodobnost vzniku melanomu v budoucnosti. Já všem doporučuji kromě vysokých ochranných faktorů v krémech i ochranné UV oblečení. Je k dispozici i pro dospělé, ale dobře chránit jím můžete zejména děti. Děti se strašně nerady něčím mažou. Pokud mají speciální oblečky, ošetří si krémem pouze odkryté části. V oblečení můžou i do vody a stále jsou chráněné. Třeba moje dcery v něm chtěly dokonce spát, jak se jim design líbil.“

UV oblečky vypadají atraktivně a mají neocenitelnou výhodu – fungují jako dobrá ochrana proti slunci. Podle typu oděvu má tkanina ochranný faktor čtyřicet až osmdesát. Ovšem důležité je zkontrolovat, zda je výrobek testován podle evropské normy, která je přísnější. „Lidé si myslí, že australská norma je dokonalá, když tam začali s fotoprotekcí dříve, ale ve skutečnosti je horší, protože se vlastnosti oblečení měří jen v laboratoři. Naproti tomu podle evropské normy se měří v reálných podmínkách, látka se natahuje i namáčí a stále musí chránit stejně.“

### Jak melanomy vznikají

Jestli se na kůži vytvoří melanom, nelze předem stoprocentně zjistit, i když u některých znamének na kůži je jeho vznik pravděpodobnější. „Pokud máte znamének víc a chcete mít jistotu, že je vše v pořádku, doporučoval bych pravidelný screening digitálním dermatoskopem.“ Tato metoda poměrně přesně zjistí, zda se na daném místě netvoří melanom, případně zda se znaménko nemění. I v takovém případě dermatologové doporučují



### prof. MUDr. Petr Arenberger, DrSc., MBA. (\*1958)

• Přednosta Dermatologické kliniky  
• 3. LF UK a FN Královské Vinohrady je autorem 14 vědeckých monografií a učebnic. Stojí v čele výboru České dermatovenerologické společnosti a je zřizovatelem Centra Zdravé vlasy, jediné specializované poradenské ambulance pro nemocné vlasy v ČR.

jeho preventivní odstranění. „V prevenci kožních nádorů pomáhá i samovyšetření, takový návod najdete na našich webových stránkách [www.melanomy.cz](http://www.melanomy.cz).“

Jestli je znaménko v pořádku, nebo už zhoubné, se s jistotou pozná až z histologického vyšetření. Částečný obrázek může udělat kromě digitálního mikroskopu konfokální laserová skenovací mikroskopie, ale finální potvrzení dává teprve histologie. A když už se do znaménka zasahuje kvůli odběru vzorku tkáně, je lepší ho zcela vyříznout, odstranit.

### Laser, nebo operace?

Místo operace volí někteří lidé estetickéjší odstranění znamének laserem. U této metody se ranka většinou hojí bez jizvy, nevýhodou je, že se někdy pouze „odpaří“ pigmentová část znaménka a nejde se do dostatečně hloubky. „Většinou stejně neodstraníte všechny névové buňky, takže se vám tam po čase může opět začít tvořit pigment. To se už vyděsíte, zapomenete na laser a stejně si to necháte vyříznout.“

Kromě opětovného tvoření znaménka má odstraňování laserem také často další nevýhodu – nedělá se při něm histologické vyšetření. Proto lékaři u sporných znamének použití laseru vůbec nedoporučují, protože se může snadno stát, že takto „odpálíte“ melanom a tato skutečnost se odhalí příliš pozdě – až když se objeví metastázy.

### Melanom odstranit a nečekat

„Když už pacientovi melanom zjistíme, je nejdříve potřeba ho odstranit. Zní to logicky, ale jsou pacienti, kteří přesto váhají. Zřejmě za to mohou pověry: ‚Nesmíš si to nechat vyndat, jinak umřeš. Podívej paní Nováková, taky jí vyřízli znaménko a do půl roku byla pod drnem.‘ Tak to samozřejmě není, paní Nováková přišla pozdě a už měla v těle rozsev melanomových buněk z původního nádoru, které začaly tvořit metastázy, a odstranění znaménka už špatnou prognózu nemohlo nijak zhoršit.“

Po odstranění tlustšího melanomu se musí vyšetřit sentinelová (spádová) uzlina, která filtruje oblast s melanomem. V případě postižení této uzliny se musejí vyoperovat všechny uzliny v dané oblasti a je nezbytné je vyšetřit. Pokud je pacient v pokročilejším stadiu nemoci, musí se po dobu jednoho až dvou let podrobovat imunoterapii. V případě, že se u pacienta objeví metastázy, pokračuje se dále jako u ostatních nádorů – to znamená operací, chemoterapií.

„Prakticky platí, že čím tenčí je znaménko, tím je šance na kompletní vyléčení větší. Ale melanom je zálný nádor a riziko opětovného propuknutí existuje pořád. Proto je tak důležitá prevence. Nestáčí vyhledat lékaře, až když se už melanom vytvoří. Pravidelně by se měla sledovat aktivnější znaménka, a když se začnou měnit, je nutné včas je vyříznout.“ Zatímco u většiny nádorů platí, že pokud je po pěti letech vše v pořádku, už to bude zřejmě v pořádku i nadále, u melanomů riziko stále přetrvává. ■