



Rakovina kože patrí medzi najčastejšie formy rakoviny u človeka vôbec!

Rozdeľuje sa na dve skupiny ochorení: **malígny melanóm** a tzv. **nemelanómovú rakovinu**, kam patria kožné karcinómy a ich predstupne.

Malígny melanóm patrí stále medzi najhoršie formy rakoviny a v pokročilom štádiu sa napriek pokrokom v liečbe aj dnes považuje za prakticky neliečiteľné ochorenie.

Alarmujúci je celkový nárast výskytu všetkých foriem rakoviny kože. V priebehu 30 rokov stúpol počet prípadov rakoviny kože štyrikrát a stal sa z nej najčastejší druh nádorového ochorenia. Lieči sa naň každý štvrtý pacient s diagnózou rakoviny. **Miera rizika vzniku malígneho melanómu vzrástla z r. 1935 a pomeru 1:1500 na 1:62 v r. 2005!**

Všetky formy rakoviny majú dokázaný spoločný a najvýznamnejší rizikový faktor a tým je slnečné žiarenie. Podiel UV žiarenia na zvýšení riziku a vzniku zhubných nádorových ochorení kože sa považuje za preukázateľný. Riziko vzniku rakoviny sa spája s vystavovaním sa nadmernému slneniu už počas detstva. Nadmerná dávka žiarenia poškodzuje kožný imunitný systém. Koža síce disponuje systémom tzv. antioxidačnej ochrany, ktorý dokáže poškodenia génov buniek opravovať, ale len do určitej miery. Ak je nechránená koža dlhodobo vystavovaná slnečným lúčom bez ochrany, dochádza postupne k preťaženiu opravných mechanizmov a vznikajú zmeny, ktoré sú

nevrátne. V minulosti bolo UVA žiarenie považované za pravdepodobný karcinogén, ale už v roku 2002 Národný toxikologický program v USA publikoval 10. správu o karcinogénoch, v ktorej UVA, UVB a UVC žiarenie bolo zaradené do zoznamu **dokázaných karcinogénov pre ľudí**.

Okrem prirodzeného zdroja UV žiarenia sa často vystavujeme, a to úplne dobrovoľne, aj umelým zdrojom v soláriách. Staré trubice v nekontrolovaných zariadeniach pritom vyžiarajú až 5-krát viac UVB žiarenia, ako je ostrý slnečný svit v pravé poľudnie. V porovnaní s ľuďmi, ktorí nikdy v soláriu neboli, majú osoby, ktoré solária navštevujú často 2,5 až 3-krát väčšie riziko vzniku melanómu kože.

Pre toto riziko **Medzinárodná agentúra pre výskum rakoviny (IARC) preradila solária z kategórie „PRAVDEPODOBNE SPÔSOBUJÚCE RAKOVINU“ do kategórie „SPÔSOBUJÚCE RAKOVINU“.**

Ak aj netrpíte žiadnym z ochorení menovaných vyššie, je na mieste sa ochranou proti UV začať zaoberať, pretože aj keď dnes Vaša pokožka nejaví známky poškodenia, jedného dňa sa začnú prejavovať a potom už môže byť neskoro. V rámci všeobecných odporúčaní ochrany platí, že sa nemáme zdržiavať na priamom slnku v období, keď je najvyššie, používať aj mechanickú ochranu (odev, klobúk a pod.), slnečné lúče (ich časť) prechádza aj mrakmi a cez sklo. Najdôležitejšou súčasťou ochrany je správne použitie správneho ochranného krému tzv. fotoprotektíva.

Pokračovanie na nasledujúcej strane ►