

## Dejavniki tveganja za kožni rak, zlasti melanom

**mag. Ana Benedičič**, dr. med., dermatovenerološki oddelek, Splošna bolnišnica Celje

**1 - Vse vrste kožnega raka so povezane z izpostavljanjem soncu.** Nemelanomski kožni rak povezujejo z dolgotrajnim izpostavljanjem soncu, za melanom pa je zlasti nevarno občasno intenzivno izpostavljanje, ki je pogosto v industrializiranem okolju, kjer delamo večino časa v zaprtih prostorih, v času počitnic pa se slečemo in kožo izpostavimo soncu sredi dneva, ko je UV sevanje najmočnejše. Enak učinek kot sončno UV sevanje ima tudi UV sevanje umetnih virov, npr. v solariju.

*Dermatologi trdimo, da zdrave zagorelosti ni. Vsaka porjavlost, ki je povzročena zaradi izpostavljanja UV sevanju, ne glede na vir, je znak poškodbe, ker se koža s tvorbo kožnega barvila brani pred škodljivim delovanjem UV sevanja! V solariju se izpostavljam veliki količini dolgovalovnega UVA sevanja, ki prodira globoko v usnjico in močno stara kožo, vpliva pa zaradi svoje valovne dolžine tudi na kožno barvilo melanin in ga povezujejo tudi z razvojem najnevarnejše vrste kožnega raka, melanoma. Zato bi tudi pri nas morali biti solariji označeni z opozorilom o škodljivosti in bi morala biti raba solarija prepovedana mladostnikom.*

*Edina varna porjavlost kože je navidezna zagorelost zaradi uporabe nekaterih samoporjavitvenih sredstev, ki so naravna sestavina kože in po nanosu ne prodirajo v globino kože, ampak ostajajo v vrhnjih mrtvih plasteh vrhnjice. Seveda taka porjavlost popolnoma nič ne ščiti pred soncem in je potrebno ob izpostavljanju soncu zagotoviti ustrezno zaščito.*

**2 - Izrazito občutljiva svetla polt, ki jo sonce hitro opeče.** To velja zlasti za rdečelase in zelo svetlolase ljudi, ki so pogosto pegasti,... - osebe s t.i. »keltsko poltjo« nikoli ne porjavijo, ampak njihova koža že po nekaj minutah izpostavljanja pordeči in se kasneje lušči brez razvoja zagorelosti.

**3 - Številni ali nepravilni in zelo različni pigmentni melanocitni nevusi,** ki jim nekateri laično rečejo tudi »materina znamenja«, čeprav jih je le okrog en odstotek prisotnih pri rojstvu in se jih večina razvije v času otroštva v odvisnosti od izpostavljanja soncu: več se jih

razvije pri tistih otrocih, ki so bili bolj izpostavljeni soncu. Če je pigmentnih nevusov več kot 50 ali celo več kot 100, je to pomemben dodaten dejavnik tveganja za kasnejši melanom.

**4 - Sončne opekline z mehurji, še posebej če nas opeče v otroštvu** so neodvisen dodaten dejavnik tveganja poleg izpostavljanja soncu. Kot dejavnik tveganja za melanom opisujejo celo poletne zaposlitve na prostem v prvih dveh desetletjih življenja, kar še posebej opozarja na škodljivost izpostavljanja otrok in mladine, ki zaradi svojega stila življenja tudi sicer preživi na prostem bistveno več časa kot odrasli ljudje, ki so zaposleni.

**5 - Podatki o prebolelem melanomu ali drugi vrsti kožnega raka pri posamezniku ali njegovih bližnjih družinskih članih.**

**6 - Prisotnost znakov aktinične okvare kože in pred-rakavih sprememb (npr. aktiničnih keratoz, lentigo maligna) na koži** opozarjajo na večjo možnost za razvoj kožnega raka nasploh, pa tudi za melanom.

**7 - Družinsko** se pojavlja od 5 do 10 odstotkov melanoma zaradi dedovanja okvar v nekaterih genih, večina pa se pojavi naključno oz. pri posameznikih, ki imajo pogosto katerega od ostalih navedenih dejavnikov tveganja.

**8 - Stanja imunske pomanjkljivosti**, zlasti celičnega tipa, ne glede na vzrok razvoja (npr. prirojeno, pridobljeno zaradi zdravljenja drugih bolezni ali zaradi okužbe z virusom HIV).

**9 - Redko tudi izpostavljenost zunanjim virom kancerogenih snovi** (npr. v poklicu izpostavljenost polikloriranim bifenilom poveča tveganje za melanom, izpostavljenost katranskim spojinam tveganje za karcinom kože).

Vir: Tiskovna konferenca, Zavod za zdravstveno varstvo Celje, 27. maj 2008