



## Podstępny i złośliwy. Jak się nie dać czerniakowi?



### Tags

[Aktualności](#)

To jeden z najbardziej niebezpiecznych i szybko rozwijających się nowotworów. W ciągu ostatnich lat liczba zachorowań na czerniaka wzrosła prawie trzykrotnie. Jednak wykryty we wczesnym stadium jest wyleczalny właściwie w 100%.

Liczba zachorowań na czerniaka w Polsce stale rośnie. W tej chwili do czterech tysięcy rocznie. Także dlatego, że podróżujemy na potęgę. Zwłaszcza do krajów, gdzie silne nasłonecznienie wprawia nas w

doskonały humor. Jednak biała skóra Europejczyków z Północy nie jest ani biologicznie, ani genetycznie przygotowana na tak duże dawki promieniowania słonecznego i niesionego przez słońce promieniowania ultrafioletowego, jakie otrzymuje w krajach południowych. I chociaż teoretycznie, gdy już pojawi się na skórze łatwo go zdiagnozować, chorzy wciąż zbyt często trafiają na leczenie zbyt późno.

— Tymczasem odsetek chorych trwale wyleczonych z czerniaka w pierwszym stopniu zaawansowania sięga 99%! — mówi prof. Wojciech Wysocki, onkolog, z Centrum Leczenia Nowotworów Skóry i Czerniaka szpitala wojskowego w Krakowie. — Skuteczność leczenia chorych w trzecim stopniu zaawansowania sięga 60%, w czwartym stopniu zaawansowania to kilkanaście procent.

Tych ostatnich jest wciąż bardzo dużo. Dlatego umieralność na czerniaka w Polsce jest wciąż zbyt wysoka.

### **Dziwna zmiana**

Anna ma 42 lata. Na co dzień mieszka i pracuje w Nowym Targu. Jest energiczną, młodą kobietą, która dziś prowadzi sportowy tryb życia. Zawsze lubiła się opalać. Nie należy jednak do typowej grupy ryzyka. Nie ma bardzo jasnej skóry ani jasnych czy rudych włosów. Należy do Polek, które mają naturalnie ciemną karnację i ciemne włosy.

— Gdybym posłuchała pierwszej dermatolożki, do której trafiłam, nie rozmawiałabyśmy dzisiaj — mówi cicho.

Zmiana, która ją zaniepokoiła, w przeciągu niespełna 10 miesięcy stała się czerniakiem IV stopnia, czyli bardzo zaawansowanym złośliwym nowotworem z przerzutami. Zaczęło się bardzo niewinnie. Od dziwnej, przezroczystej zmiany na nodze, która pojawiła się w lutym.

— Myślałam, że zacięłam się przy goleniu — wspomina — Nawet ją nakłułam kilka razy, żeby płyn, który w niej się zbierał, wypłynął. Później pojawiła się jednak krew i ropa.

Dermatolożka, do której umówiła się na wizytę, stwierdziła, że pierwszy raz widzi coś takiego. Przepisała maść i zaleciła, by zmiany nie ruszać. Więc czekała. Maść nie pomogła a zmiana, nawet nie ruszana, zrobiła się brzydka.

Druga diagnoza, u innego dermatologa brzmiała: aktywny włókniak. Anna umówiła się więc do chirurga, który usuwał jej wcześniej niegroźne znamiona.

— Po prostu uparłam się, żeby to wyciąć. Szalała pandemia więc dostałam termin na wrzesień — opowiada.



### **Liczy się czas i dobry plan leczenia**

Wtedy, we wrześniu Jej historia nagle przyspieszyła. Wysłany do badania histopatologicznego wycinek okazał się czerniakiem. W październiku Anna trafiła do Centrum Leczenia Nowotworów Skóry i Czerniaka w Krakowie, do 5 Wojskowego Szpitala Klinicznego z Polikliniką SPZOZ na Wrocławską, gdzie zajęło się nią wielu specjalistów. Znakiem rozpoznawczym centrum jest bowiem ścisła współpraca chirurgów onkologów i dermatologów, ale także onkologów klinicznych, radiologów, patologów i lekarzy prowadzących badania genetyczne oraz koordynatorek od pakietu onkologicznego. Badań jest zresztą również sporo: usg brzucha, RTG, tomografia, PET. Wszystko po to, by po licznych wielospecjalistycznych konsyliach dobrać najbardziej skuteczny plan leczenia.

— Na wczesnych etapach, leczenie czerniaka jest wyłącznie chirurgiczne — tłumaczy prof. Wysocki — W przypadku bardziej zaawansowanych stopni dochodzi tzw. chemioterapii. Przy czym dzisiejsza „chemia” nie ma nic wspólnego z tą, którą pamiętamy sprzed lat. Dziś stosujemy immunoterapię i leczenie ukierunkowane molekularne. Leki, które są skonstruowane metodami biologii molekularnej trafiają w bardzo konkretną cząsteczkę, która w komórce czerniaka działa nieprawidłowo i ją blokuje. Mogą być podawane zarówno dożylnie, jak i doustnie.

### **6 tygodni, 9 wlewów**

W planie leczenia Anny znalazło się: docięcie blizny po zmianie (poszerzenie pola bezpieczeństwa), usunięcia węzła wartowniczego, a w późniejszym okresie także wycięcie węzłów w pachwinie —

nieleczony nowotwór zaczął się rozsiewać — i wreszcie immunoterapia, na którą zareagowała całkiem dobrze. Rano mąż przywoził ją do Krakowa, około 14 odbierał ze szpitala i odwoził do domu.

— Nie było źle, chociaż byłam bardzo słaba. Mieszkam na 3 piętrze. Po pierwszych wlewach nie miałam siły, by iść po schodach — wspomina — wtedy to trzecie piętro to był mój Mount Everest.

Miesiąc po ostatniej dawce poszła do klubu sportowego. W rocznicę diagnozy dostała wymarzony rower szosowy. Nie może się nadziwić, że kiedyś uwielbiała piżamkowe niedziele. Dziś biega, ma za sobą pierwszy bieg na 10 km i chce zawalczyć o półmaraton albo siada na rower i jedzie przed siebie.

— To mi daje wolność i szczęście — nie chce zmarnować ani minuty z darowanego raz jeszcze życia. Zmieniła pracę. Mocno udziela się w mediach społecznościowych dotyczących czerniaka.

— Zawsze trzeba o siebie walczyć. Zawsze — powtarza wszystkim, którzy znaleźli się w podobnej sytuacji jak ona kiedyś.

### **Rewolucja w leczeniu**

— Nowoczesna chemioterapia poprawiła efektywność leczenia czerniaka np. w trzecim stopniu zaawansowania o 20%. To są rewolucyjne zmiany — przekonuje Wojciech Wysocki. Przypomina, że gdy w 2019 roku powstało Centrum Leczenia Nowotworów Skóry i Czerniaka w Krakowie, na Oddział Chirurgii Onkologicznej na Wrocławską trafiało w ciągu roku kilkudziesięciu pacjentów z czerniakiem. W 2022 roku było ich już ponad trzystu. Dziś jest jeszcze więcej.

— Jak łatwo policzyć 10% wszystkich czerniaków w Polsce jest leczonych właśnie u nas, w szpitalu wojskowym w Krakowie. Pacjenci trafiają tu z całej Polski.

### **ABCDE. Pierwsze litery alfabetu mogą uratować życie**

Każde nowe znamię, narośl, przebarwienia czy zmiany w już istniejących pieprzykach to sygnał, by skonsultować się z lekarzem. — Dobrze wybranym lekarzem — dodaje Anna.

Prof. Wysocki przypomina, kiedy do lekarza, najlepiej wyspecjalizowanej placówki trzeba się udać natychmiast. W ocenie zmian i pieprzyków mogą pomóc pierwsze litery alfabetu:

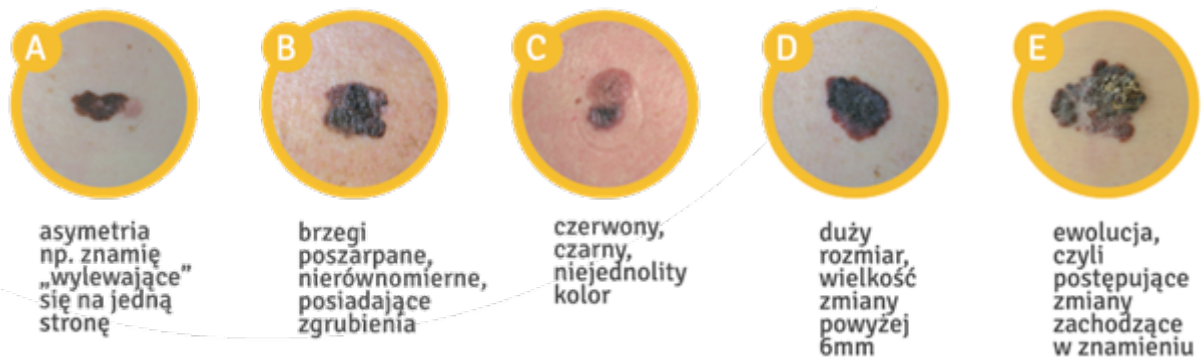
A jak asymetria. Gdy znamię nie jest równe, jest asymetryczne, w pewnym sensie „wylewa się” na jedną stronę;

B jak brzegi. Nieregularne, nierównomiernie, poszarpane, posiadające czy zgrubienia są powodem do niepokoju;

C jak czerwony lub czarny. Chociaż czerniak nie musi być czarny. Niedobrze jest, gdy narośl lub pieprzyk ma niejednolity kolor, lub ten kolor się zmienia;

D jak duży rozmiar. Gdy zmiana rośnie lub przekracza 6 mm;

E jak ewolucja. Postępujące zmiany zachodzące w znamieniu.



— Czerniak jednak nie występuje tylko na skórze — przestrzega doktor Wysocki — Może się pojawić na gałce ocznej, w śluzówce nosa, jamy ustnej, śluzówce narządów płciowych, przewodu pokarmowego, w okolicy odbytu, a nawet w oponach mózgowych. Są to jednak dużo rzadsze lokalizacje.

Sygnalem alarmowych powinna być każda zmiana na błonach śluzowych, którą wyczujemy w trakcie kąpieli.

— Każdy guzek, każda narośl, które pojawią się pod palcami czy to w obrębie jamy ustnej, czy narządów płciowych powinien nas skłonić do natychmiastowej wizyty u lekarza — ostrzega.

Do Centrum Leczenia Nowotworów Skóry i Czerniaka przy ul. Wrocławskiej 1 może przyjść każdy. Doświadczeni chirurdzy onkologiczni (dr Tomasz Wojewoda, Marta Kołodziej-Rzepa, Przemysław Cuber, Dominika Romanowicz oraz prof. Wojciech Wysocki) przyjmują każdego dnia, zarówno przed, jak i po południu. Z nimi ramię w ramię pracuje zespół dermatologów (dr Joanna Sułowicz, Elżbieta Wójtowicz, Małgorzata Dyczek, Krzysztof Wenecki). Zapleczem dla tej wyspecjalizowanej w leczeniu raka skóry i czerniaka placówki jest Oddział Chirurgii Onkologicznej kierowanej przez dr med. Tomasza Wojewodę. Wystarczy skierowanie od lekarza rodzinnego: do Poradni Chirurgii Onkologicznej, Poradni Dermatologicznej lub Poradni Onkologicznej szpitala wojskowego z dopiskiem „pilne”.

### **Chroń skórę, zwłaszcza w czasie wakacji**

Jak podają biura turystyczne, tylko w tym roku, na wakacje do ciepłych krajów (Turcja, Egipt, Hiszpania, Chorwacja, Albania, Bułgaria, Wyspy Kanaryjskie, Portugalia, Włochy, Oman, Zanzibar) wyjedzie ponad 5 milionów Polaków. Ci, którzy zostaną w kraju, będą korzystać z kąpieli słonecznych na miejscu. Słońce bywa jednak niebezpieczne.

— Nie ma lekarstwa czy sposobu, żeby uniknąć zachorowania na czerniaka. Możemy jednak zmniejszać możliwość zachorowania. W dość prosty sposób — przypomina prof. Wojciech Wysocki.

### **Co zatem robić?**

1. Unikać opalania w godzinach 11-16, gdy słońce mocno operuje.
2. Chronić skórę. Albo za pomocą odzieży, albo za pomocą filtrów, które osłabiają działanie promieniowania ultrafioletowego. Od kwietnia do końca września smarować odsłonięte części ciała kosmetykami z odpowiednio wysokimi filtrami.
3. Nosić okulary przeciwsłoneczne z filtrem UV.
4. Pamiętać o nakryciu głowy, zwłaszcza w przypadku gdy ktoś nie ma bujnej czupryny.
5. Obserwować swoją skórę i zmiany widniejące na niej, pamiętając o kryterium ABCDE.

Stosuj **7W** przeciw CZERNIAKOWI i nie pozostawiaj na swojej skórze znaków zapytania.



— Czerniaka nie trzeba się bać — zapewnia profesor — ale nie można też chowa głowy w piasek i udawać, że nie ma problemu.

Anna, która swoją walkę z czerniakiem wygrała, nie wychodzi dziś z domu bez dokładnego posmarowania całego ciała kosmetykiem z filtrem o numerze 50. Nie tylko w lecie. Uważnie obserwuje swój organizm, regularnie się bada i po prostu cieszy się życiem.

Autor: *Iwona Sitnik-Kornecka*

Ostatnia aktualizacja

17/06/2024

Data opublikowania

14/06/2024

Author

kniedzielska

---

**Source URL:**

<https://www.5wszk.com.pl/aktualnosc/2285-podstepny-i-zlosliwy-jak-sie-nie-dac-czerniakowi>