

lanóm a akrálny lentiginózný melanóm, z ktorých každý sa vyznačuje špecifickými klinickými a histopatologickými znakmi (4). Povrchovo šíriaci melanóm je najbežnejším podtypom melanómu u osôb so svetlou pokožkou, pričom predstavuje približne 70 % všetkých prípadov (3). Histologický podtyp melanómu sa nepovažuje za jeden z hlavných prognostických ukazovateľov, avšak má vplyv na dĺžku prežívania (5). Malígny melanóm môže vzniknúť z benígnych névov alebo de novo (2). Jedným z kľúčových prognostických ukazovateľov pri melanóme, je Breslowov index, ktorý hodnotí hrúbku nádoru. Prognóza pacientov je výrazne ovplyvnená včasnou diagnostikou, pričom ich prežitie klesá s rastúcou hrúbkou nádoru. Breslowov index sa stanovuje histopatologickým vyšetrením, avšak hrúbku nádoru je možné odhadnúť aj dermatoskopicky, sledovaním farieb a štruktúr na koži. Rozlíšiť tenké melanómy od atypických névov môže byť zložité, keďže oba typy môžu mať veľmi podobné klinické, dermatoskopické a dokonca histopatologické znaky (6).

Prevenca malígneho melanómu

Prevenca malígneho melanómu spočíva predovšetkým v ochrane pokožky pred škodlivým UV žiarením, ktoré je hlavnou príčinou jeho vzniku. Odporúča sa obmedziť pobyt na priamom slnku medzi 11. a 15. hodinou, keď je intenzita UVB žiarenia najvyššia. Pri pobyte vonku je nevyhnutné chrániť pokožku širokospektrálnymi opaľovacími krémami s vysokým ochranným faktorom UVA aj UVB, najlepšie SPF 50+, ktorý výrazne znižuje prienik ultrafialového žiarenia do kože. Výber vhodného prípravku by mal zodpovedať fototypu pokožky, dĺžke expozície a miestu pobytu. Krémy by sa mali aplikovať v dostatočnom množstve a pravidelne obnovovať, najneskôr každé dve hodiny, prípadne častejšie u osôb so svetlou pokožkou. Ak dôjde k spáleniu pokožky, je dôležité chrániť ju pred ďalším slnečným žiarením až do úplného zahojenia, aby sa predišlo ďalšiemu poškodeniu a zvýšenému riziku rakovinových zmien. Ochrana by mala zahŕňať aj nosenie slnečných okuliarov s UVA a UVB filtrom (kategória 3 a vyššia), pokrývky hlavy a vhodného oblečenia s dlhými rukávmi. Osobitná pozornosť by sa mala ve-

novat deťom, keďže časté spálenie v detstve výrazne zvyšuje riziko vzniku melanómu v dospelosti. Deti do troch rokov by mali byť slnečnému žiareniu vystavené len minimálne. Ďalším významným rizikovým faktorom sú soláriá, ktorých lampy vyžarujú prevažne UVA žiarenie. To nielen zvyšuje riziko vzniku melanómu, ale aj urýchľuje starnutie pokožky. Z tohto dôvodu sa návšteva solárií dôrazne neodporúča (7).

Sekundárna prevencia je zameraná na včasné odhalenie melanómu v jeho počiatočnej fáze. Kľúčovým prvkom je pravidelné samovyšetrenie pokožky, počas ktorého si každý môže všimnúť podozrivé zmeny na pigmentových škvrnách. Pravidlo ABCDE pomáha rozpoznať potenciálne nebezpečné zmeny na koži pri samovyšetrení. Každé písmeno predstavuje dôležitý faktor, ktorý by mal byť sledovaný pri materských znamienkach (Tabuľka 1).

Dôležitú úlohu zohráva aj osвета a vzdelávanie verejnosti o rozpoznaní prvých príznakov melanómu, pretože včasná diagnóza výrazne zvyšuje šance na úspešnú liečbu. Preventívne skríningové programy pomáhajú zachytiť melanóm v ranom štádiu, čím sa znižuje počet pokročilých prípadov a celková úmrtnosť na toto ochorenie.

V Českej republike neexistuje plošný skrining malígneho melanómu, avšak pravidelne sa organizujú preventívne akcie, ktoré umožňujú verejnosti bezplatne si nechať skontrolovať kožné znamienka. Medzi najznámejšie patrí napríklad Stan proti melanómu, ktorý prebieha vo vybraných mestách a ponúka dermatoskopické vyšetrenie odborníkmi bez nutnosti predchádzajúceho objednania. Okrem týchto kampaní niektoré zdravotné poisťovne poskytujú finančné príspevky na preventívne vyšetrenie znamienok u dermatológov, pričom výška príspevku sa pohybuje zvyčajne

medzi 400–1 500 Kč. Poistenci si tak môžu nechať pravidelne kontrolovať znamienka v rámci prevencie, čo prispieva k včasnému odhaleniu prípadných nádorových zmien a zvyšuje šancu na úspešnú liečbu (8).

Možnosti diagnostiky malígneho melanómu

Diagnostika MM patrí do rúk dermatovenerológa. Avšak lekár akéhokoľvek odboru by mal spozorovať pri náleze suspektnej kožnej lézie a pacientovi odporučiť odborné kožné vyšetrenie. Klinický vzhľad závisí od subtypu melanómu. Typické makroskopické znaky sumarizuje pravidlo ABCD – asymetria lézie, nepravidelnosť okrajov, rôznorodosť farieb, veľkosť nad 5 mm. Čo sa týka anamnézy, melanóm takmer vždy rastie, mení tvar a/alebo farbu. Môže byť prítomná aj ulcerácia alebo nodulárna časť. Menej často môže byť MM hypo- alebo amelanotický, čo jeho rozpoznanie značne sťažuje (9). Pri vyšetrení by mal lekár prezrieť celé telo pacienta. Pri rozpoznaní MM je totiž dôležitý aj tzv. znak škaredého káčatka – lekára upozorní na riziko MM fakt, že daná lézia sa líši od ostatných névov na tele pacienta (10).

Melanóm je voľným okom často viditeľný ako tmavo pigmentovaná lézia s rôznymi odtieňmi hnedej, sivej až čiernej farby. Práve dermatoskopia výrazne vylepšila možnosti vyšetrenia podozrivých kožných lézií (11). Udáva sa, že zvyšuje presnosť diagnostiky melanómu o 20 až 30 %. Je odporúčané, aby dermatológovia túto metódu pravidelne využívali pri hodnotení melanocytových lézií (4). Medzi bežné prístupy na sledovanie pacientov s atypickými materskými znamienkami alebo dysplastickými névmi patrí celotelová fotografia a opakovaná digitálna dermatoskopia (12).

Dermatoskopia je významná diagnostická metóda používaná na posúdenie podozri-

Tab. 1. Pravidlo ABCDE pre hodnotenie znamienok. Zdroj: Národní zdravotnický informační portál. Pravidlo ABCDE. NZIP. <https://www.nzip.cz/rejstrikovy-pojem/6617>. Publikováno 11. července 2024 [cited 10. 2. 2025]

A – Asymetria	Má znamienko nepravidelný tvar, teda nie je rovnomerne guľaté alebo oválne?
B – Hranice (Border)	Sú okraje znamienka nepravidelné, rozmazané alebo neostro ohraničené?
C – Farba (Colour)	Má znamienko rôznorodé zafarbenie, napríklad viac odtieňov hnedej, čiernej, červenej, šedej alebo modrej?
D – Priemer (Diameter)	Je veľkosť znamienka väčšia ako 6 mm?
E – Vývoj (Evolution)	Dochádza k postupným zmenám vo veľkosti, tvare alebo farbe znamienka v priebehu času?