

# Kůže pod lupou

Znamének, skvrn a pih máme po těle spoustu. Některá nám sluší, jiná se nám nelíbí a nemáme je rády. Problém ale je, že některé pigmentové skvrny mohou být jako časovaná bomba.



Yvonne  
Bergerová

Já tenhle problém začala řešit až po čtyřicítce, kdy se mi po těle začalo objevovat víc tmavě zabarvených míst, než jsem byla zvyklá. Není náhodou některé z nich nebezpečné? Neschovávala se mi pod znaménkem nebezpečný nádor? Abych se uklidnila, šla jsem se ukázat Yvonne Bergerové z BcD Clinic. „Nemusíte mít strach, znaménko, u něhož hrozí vznik melanomu, poznáte jednoduše. Ale v každém případě je dobré nechat se pravidelně zkontrolovat lékařem. Čím dřív se problém diagnostikuje, tím snadněji se odstraní,“ říká lékařka.

## 5 mýtů o znaménkách

**1. Plochá pigmentace není nebezpečná, je to „znaménko krásy“.** „To bývá častá věta pacientů při vyšetření. Ale pozornost je třeba věnovat všem typům mateřských znamének. U těch, které jsou v rovině a mají tmavší barvu, hrozí častější přechod do nádorového bujení,“ říká Yvonne Bergerová.

**2. Zatržení znaménka a krvácení může vyvolat rakovinu kůže.**

Pokud se škrábnete do znaménka, není to problém. Horší je to v případě, že vám začalo krváčet bezdůvodně samo od sebe.

**3. Zesvětlení znaménka je dobré znamení.** Naopak, zesvětlení je často projev nemoci.

**4. Mateřské znaménko, z něhož vyrůstá chloupěk, je zdravé.**

Někdy to je pravda, ale na tuto pověru se nedá stoprocentně spolehnout.

**5. Solárka nemůžou ublížit.**

I když opálená kůže vypadá sexy, odbornice před „chytáním bronzu“ varuje. „Zařízení v soláriích obsahují UVA vlnovou délku, která se více podílí na předčasném stárnutí pokožky, ale současně oslabuje i imunitní systém pokožky včetně antioxidantů. Pokud tedy dojde k poškození pigmentové buňky, obtížněji se opravuje. Tato buňka se pak může dále množit, což je podstatou vzniku nádoru,“ upozorňuje lékařka.

**JAK JE POZNÁTE?**  
Pravidelně se prohlížejte a sledujte, jestli se vám některá pigmentová skvrna nebo znaménko nezačíná měnit. Pokud ano, navštivte lékaře.

## Základní pravidlo

Díky němu poznáte, kdy může vaše „skvrna na kráse“ být nebezpečná. Prohlédněte si pozorně svoje skvrny a sledujte:

### ■ ASYMETRII

Je-li skvrna víceméně kulatá, není problém. Ve chvíli, kdy začne být asymetrická, měla byste zpozornět.

### ■ OKRAJE

Znaménko je jakoby rozpité, jeho hranice přestávají být ostré a pravidelné.

### ■ BARVU

Tmavě hnědá až téměř černá barva je vždycky varováním.

### ■ ROZMĚR

Je-li průměr znaménka větší než 5 milimetrů, je třeba ho pravidelně kontrolovat.

### ■ VÝVOJ

Pokud pozorujete růst znaménka, změnu barvy, krvácení, tedy jakékoliv změny, věnujte jim pozornost a nechte si je zkontrolovat.



## Jak se chránit

Nespoléhejte jen na ochranné opalovací krémy. Chrání totiž před UV zářením typu B, které působí popálení, ale nikde se neříká, jestli chrání před UV zářením typu A, které proniká hlouběji do kůže a způsobuje rakovinu. Během letních dnů nechoďte na přímé slunce mezi 11. a 15. hodinou. Noste lehké bavlněné oblečení a klobouk. Denně si dejte šálek kávy, která snižuje riziko vzniku rakoviny kůže.