

Onemocnění kůže

Kůže je často postižena v rámci jiných základních onemocnění, která mají jako součást svého projevu též postižení kůže. Jedná se o onemocnění zánětlivá i nezápětlivá a postižení kůže při jiných základních chorobách. Poškození kůže vzniká zejména vlivem dlouhodobé nadměrné expozice slunečnímu záření. Důsledkem negativních účinků slunečního záření mohou být záněty, urychlené stárnutí kůže, potlačení obranných schopností kůže, vznik přecitlivělosti a zejména nádorové bujení. Výskyt zhoubných nádorů kůže v posledních letech stoupá. Mezi nejčastější zhoubné nádory kůže patří melanomy a karcinomy.

Role zdravotníků v primární prevenci nádorového onemocnění kůže:

- zjistí osobní a pracovní anamnézu pacienta s ohledem na riziko nadměrné expozice kůže slunečnímu záření (délka pobytu na slunci během výkonu profese a ve volném čase)

Informace pro pacienta:

- o nezbytnosti omezení pobytu na slunci při dosud neopálené kůži na minimum, nezbytnosti nepřekračovat dobu slunění zpočátku několik minut denně, postupně, nikdy až do spálení kůže
- o nezbytnosti používat opalovací krémy, mléka nebo gely, rtěnky a pomády na rty s ochranným faktorem proti slunečnímu záření při pobytu na slunci (síla faktoru je označena na balení a pohybuje se běžně v rozmezí od 2 do 25, přičemž číslo označuje, kolikrát déle je možno být na slunci, aniž by došlo k spálení kůže ve srovnání s dobou, kdy je kůže nechráněna)
- že ochranný přípravek se musí nanášet na kůži každé 2 hodiny a bezprostředně po koupeli nebo propocení a vysoký ochranný faktor by měl být použit na zvláště citlivá místa, jako jsou lícní kosti, nos, rty
- informuj pacienta, že častým místem výskytu kožních nádorů u žen jsou dolní končetiny a záda u mužů
- o testu samovyšetřování k zachycení změn na kůži a jeho hodnocení

Doporučení pro pacienta v primární prevenci nádorového onemocnění kůže:

- chránit hlavu před úžehem slunečním kloboukem a používat sluneční brýle s filtrem proti UV záření
- provádět pravidelně test samovyšetřování k zachycení změn na kůži
- pravidelně sledovat a kontrolovat mateřská znaménka

Test samovyšetřování:

- Svědí Vás nějaká pigmentová skvrna (piha, névus) nebo je zvýšeně citlivá?
- Má průměr 1cm nebo větší?
- Zvětšuje se?
- Je nepravidelně ohraničená?
- Zvyšuje se její černý nebo hnědý odstín?
- Je zanícená?
- Mokvá nebo se na ní tvoří stroupek?



Vyhodnocení

- odpoví-li pacient ano na některou z výše uvedených otázek, je vhodná konzultace s praktickým lékařem
- odpoví-li pacient ano na tři nebo více z výše uvedených otázek, doporuč mu okamžitou návštěvu dermatologa