**Evropský den melanomu připomíná závažnost tohoto onemocnění. Jeho výskyt v Česku každoročně roste, ze zemí střední a východní Evropy je u nás nejvyšší**

**Praha, 29. května 2020 – Léto se nezadržitelně blíží a mnozí z nás se už těší na chvíle strávené u vody. Ty s sebou ale kromě pohody a odpočinku přinášejí i zvýšené riziko rakoviny kůže. Její nejagresivnější formou je maligní melanom, na který ve světě ročně umírají desetitisíce lidí. Přitom se mu dá předejít – klíčová je prevence a včasná diagnostika.**

Maligní melanom je zhoubný nádor z melanocytů, tedy pigmentových buněk. Nejčastější je jeho kožní forma, která představuje jedno z nejvážnějších onkologických onemocnění. *„V České republice přibude každý rok zhruba 2 400 nových případů melanomu, což nás řadí mezi dvacítku zemí z celého světa s nejvyšším výskytem tohoto onemocnění. Ve srovnání se státy střední a východní Evropy jsme na tom z tohoto hlediska nejhůře,“* uvádí ředitelka zdravotního odboru VoZP Markéta Benešová.

Stejně tak roste i úmrtnost na melanom. Ročně na něj u nás zemře zhruba 400 lidí, což je skoro desetkrát více než v roce 1978. Stále rostoucí počet výskytů melanomu je způsoben ztenčující se ozonovou vrstvou, kterou nyní projde mnohem více škodlivých ultrafialových paprsků. „*U melanomu se pozoruje jedna z nejrychleji rostoucích incidencí mezi zhoubnými nádory, na vině je i stále častější cestování a dovolené u moře*,“ vysvětluje Markéta Benešová.

Nejohroženější skupinou jsou jedinci se světlým kožním fototypem. Vliv na to má i časté spálení se na sluníčku – čím vícekrát se člověk v životě spálí, tím vyšší je riziko melanomu. Proto je velmi důležitá prevence. Právě kvůli tomu vznikl Evropský den melanomu, který má šířit osvětu o tomto onemocnění.

„*Nejlepší prevencí je opalovat se s rozumem, tedy vyhýbat se přímému slunci v době poledne a vždy se chránit opalovacím krémem s vysokým UV faktorem. Pokud však ke vzniku melanomu dojde, je nutné zachytit jej včas. Při včasné diagnostice je dobře léčitelný. Proto jakmile objevíte na své pokožce nějakou neobvyklou změnu, ihned navštivte kožního lékaře*,“ radí Benešová.

Hlídat by se měla zejména změna velikosti, tvaru či barvy mateřských znamének, podezřelé také je, když se znaménko vyvýší nad úroveň kůže nebo když má nepravidelné okraje.

Screening kůže si zájemci většinou hradí sami, některé pojišťovny na něj ale přispívají. „*Vojenská zdravotní pojišťovna přispívá klientům na dermatoskopické vyšetření kožních znamének 400 Kč jednou za rok*,“ uvádí vedoucí marketingu pojišťovny Jan Mates.

Základní onkologické vyšetření včetně kůže provádí i praktický lékař v rámci preventivní prohlídky jednou za dva roky.

**O Vojenské zdravotní pojišťovně**

Vojenská zdravotní pojišťovna České republiky od roku 1993 zajišťuje zdravotní péči prostřednictvím špičkových odborníků ve vojenských i civilních zdravotnických zařízeních a lázeňských domech.
O svých 700 tisíc pojištěnců pečuje prostřednictvím smluvní zdravotnické sítě po celé ČR, která zahrnuje přes 25 tisíc poskytovatelů.

[www.vozp.cz](http://www.vozp.cz)

**Kontakt pro média:**

**Stance Communications, s.r.o.**

Ladislav Pokorný

Account Manager

Tel.: +420 724 513 052

E-mail: ladislav.pokorny@stance.cz

[www.stance.cz](http://www.stance.cz)