

Melanom mi je dijagnosticiran prošle jeseni. Doktorica mi je odmah nakon pregleda madeža rekla da jedan moram ukloniti, a kad su došli rezultati ispalo je da imam melanom, ali je srećom, otkriven u ranom stadiju, govori 32-godišnji Marijan Bistre kojem je melanom, jedan od najbrže rastućih sijela raka kad je o incidenciji riječ, dijagnosticiran u opatijskoj Thalassoterapiji. Njegovo liječenje vodi dermatologinja dr. Tea Rosović, a ono se u njegovom slučaju, nakon odstranjivanja melanoma, danas svodi na redovite kontrole i prevenciju.

Signal za uzbuću

- Izbjegavam najjače sunce, i da, mažem se zaštitivim faktorima kad god se sjetim. Vjerujem da bih se mogao paziti i više, ali ipak, trudim se paziti i čuvati. Sad idem na redovite kontrole i kontroliramo ostale madeže. Kontrole sad imam svakih šest mjeseci. Moj savjet? Mazanje, hlad, samokontrole i posjet liječniku, posebice ako uočite nešto sumnjivo na vašoj koži. Ja sam u početku, kada sam otkrio promjenu na madežu na prsima, pregled malo odgadao, ali sam ipak otišao i dobro da jesam. Svi smo mi skloni misliti »ma, neće mene«, no u obitelji imam više slučajeva različitih vrsta karcinoma, i to mi je bio dodatni signal za uzbuću, kaže Marijan koji je u vrijeme kad mu je otkriven melanom prvi put postao otac.

- Imam malo dijete od pola godine i tu osjećam posebnu odgovornost i obavezu da brinem o sebi i svojem zdravlju. Ja sam jedan od onih pacijenata kojem je dosta rano dijagnosticiran melanom, kad je riječ o dobi, no očitno tu više nema pravila, svi smo u potencijalnoj opasnosti, smatra Marijan.

Borjanu Brnčiću, 58-godišnjaku, u opatijskoj je Thalassoterapiji također otkriven melanom. Kako kaže, i ranije je redovito odlazio na kontrole madeža jer ih ima puno i uvijek je bilo sve redu.

- No, kad sam došao kod dr. Tee Rosović, počeli smo ih pregledavati svakih šest mjeseci, da bi se pokazalo da imam nekoliko sumnjivih madeža. Doktorica mi je preporučila da ih uklonimo, a ja sam samo rekao, dapače, tim više što je jedan moj prijatelj umro od melanoma. Doktorica mi je na kraju skinula tri madeža od kojih su se dva potvrdila kao melanomi. Rekla mi je da ne brinem jer nisu invazivni, no sada idem na preglede svakih tri do šest mjeseci i u međuvremenu smo skinuli još tri madeža, kaže Brnčić, inače direktor tvrtke JTH Costabella, koji zbog posla puno putuje i vozi se automobilom.

- Doktorica me je već na prvom pregledu pitala što sam po zanimanju, i to me ponovo podsjetilo na mojeg preminulog prijatelja. On je, naime, bio kamiondžija. Znao već kako to izgleda - uvijek u potkošulji, na suncu, bez zaštite... Pitala me i volim li more, imam li možda barku. A ja imam barku od desete godine i obožavam more. Sada posao i hobije moram prilagoditi činjenici da mi je odstranjen melanom. To znači izbjegavanje sunca kad je najjače, na barku smijem, ali s kremom s visokim zaštitivim faktorom i u majici, što mi neće biti lako, ali ću se prilagoditi. Svima mogu poručiti da odstranjivanje sumnjivih madeža, a posebno kada se utvrdi da je riječ o melanomu, zapravo briga manje. Moji redovni pregledi sada su mi obaveza, nešto poput tehničkog pregleda automobila. Imam 58 godina i još puno toga želim proći u životu. Imam puno obaveza i novih projekata te



U Thalassoterapiji koriste najmoderniji uređaj za praćenje kožnih promjena koji su dobili prvi u Hrvatskoj

nikako pritom ne bih volio misliti na svoje zdravstvene probleme. A Thalassoterapija Opatija u tom mi slučaju pruža vrhunsku uslugu, imaju lijep odnos s pacijentima, nazovu me kad je vrijeme za pregled i sve se dogovorimo, zadovoljan je Brnčić.

Ovo su svjedočanstva oboljelih od melanoma koji su brzo reagirali i imali sreću da su ga otkrili pravovremeno. Upravo na to upozorava i Svjetski dan borbe protiv melanoma koji se ove godine obilježava 2. svibnja i jedan od ciljeva mu je zaustaviti rast incidencije ovog zloćudnog tumora koji se danas javlja u sve ranijoj dobi.

Čimbenici rizika

- Melanom je tumor kože koji nastaje iz melanocita, stanica kože koje nam daju pigment odnosno boju kože. Može nastati u osoba svijetle puti i tamne puti. Može nastati u najranijoj dobi, iznimno i vrlo rijetko, može nastati i u djece, pa sve do najstarije dobi. Generalno, u cijelom svijetu postoji izrazito velik porast incidencije melanoma, osobito u mladima i to posebno među ženama. Kad je riječ o prevenciji, postoje kriteriji koje može primijeniti svaka osoba sama i potrebno je obratiti pozornost na promjenu boje, oblika i veličina madeža, a u osoba starijih od 30 godina, novonastali madeži su najopasniji. Najčešće sijelo pojavljivanja melanoma u žena su noge, a u muškaraca su leđa. Jedan od razloga je što žene najviše sunčaju noge, a prije su uglavnom nosile suknje te su im noge bile najčešće izložene. Melanom može nastati i na sluznicama usne šupljine i spolovila, ali možemo imati melanom oka te melanom nokta. Ono što je potrebno posebno naglasiti, i na što sam ja posebno osjetljiva, to su solariji. Svjetska zdravstvena organizacija zabranila je solarij, a njegovo korištenje povećava 75 posto šansu za dobivanje raka kože. Melanom je vodeći uzrok smrti žena između 19. i 25. godine života, a to se direktno povezuje s uporabom solarija, što je pogotovo bilo naglašeno u prijašnjim godinama kad je solarij nerijetko imao marketing pripreme za sunce, sunčanje i ljeto, upozorava dr. Tea Rosović, dermatologinja u Thalassoterapiji Opatija.

Kako dodaje, sunce se uvijek povezuje s nastankom kožnih tumora općenito, no incidencija melanoma u mladima ljudi koja se posebno bilježi posljednjih godina, izrazito

je zabrinjavajuća.

- Ostali rizični čimbenici su svijetla put, genetski čimbenici poput melanoma i općenito tumora kože u obitelji, a pokazala se i štetnost intermitentnog sunčanja, odnosno kada se ljudi tijekom perioda, uglavnom godišnjih odmora, nekoliko tjedana izlažu jakom suncu i nerijetko zadobe opekline kože različitog stupnja. Takva navika puno štetnije djeluje na njihovu kožu. To foto-oštećenje kože se vidi, a i koža ga pamti, ističe Rosović.

Četiri stupnja

Prema njezinim riječima, razlikuje se više stupnjeva melanoma, a najbolju prognozu imaju melanomi otkriveni u najranijem stadiju, a to su melanomi koji zahvaćaju samo površinski sloj kože i ne prodiru dublje. Upravo ovisno o dubini prodiranja, razlikuju se i stadiji melanoma.

- Primjerice, Marijan i Borjan imaju površinske melanome i vjerojatnost je 98 posto da neće imati problema s njim. To je ujedno i poanta dermatoskopije i pravovremenih pregleda. Kad se primijeti neka promjena postojećih madeža ili novonastali, poželjno je obaviti pregled. Neki se madeži uklanjaju odmah, jer su visoko suspektne, a neki se pak prate. Madeži koji se prate, prate se u režimu 3-6-12 odnosno najprije nakon tri mjeseca, ako su tada uredni, promatra ih se nakon šest mjeseci, a ako su i tada uredni prati ih se svakih 12 mjeseci. Svaki stupanj melanoma ima svoj protokol praćenja i liječenja. Nakon što se sumnjivi madež ukloni, ide na patohistološku analizu. Ako se potvrdi dijagnoza melanoma, potrebno je učiniti reeksciziju, ovisno o dubini melanoma, reže se šire, a maksimalna veličina reekscizije je dva centimetra. Dakle, to više nisu veliki rezovi kakvi su bili nekada. Reekscizija ne znači da je

“Melanom je vodeći uzrok smrti žena između 19. i 25. godine života, a to se direktno povezuje s uporabom solarija, što je pogotovo bilo naglašeno u prijašnjim godinama kad je solarij nerijetko imao marketing pripreme za sunce, sunčanje i ljeto

nešto pogrešno učinjeno prilikom prvog zahvata, već je takav protokol. Melanom pojednostavljeno rečeno ima četiri stupnja, pri čemu prva dva stupnja imaju bolju prognozu, dok je kod dubljih melanoma prognoza lošija te ponekad i nepredvidljiva. Posebno se ističu nodularni melanomi koji osim što brzo rastu iznad površine kože, prodiru i dublje u kožu te je kod njih potrebno odmah reagirati, tumači dr. Rosović.

Moderni uređaj

Na pitanje kakav je život njezinih pacijenata s melanomom, kaže da se u pravilu oboljele osobe počnu jako bojati sunca. No, pozitivna strana otkrivanja melanoma u obitelji, prema njezinom iskustvu, jest što nakon što se otkrije melanom kod jednog člana obitelji, u pravilu na pregled ubrzo dolazi cijela obitelj što je zapravo i najbitnije.

- Primjerice, od rujna do danas mi smo ovdje otkrili sedam melanoma i uglavnom su to bile mlade osobe do 55 godina. Dakle govorimo o dugom periodu života koji još treba proživjeti nakon dijagnoze i zato je pravovremena dijagnoza vrlo važna. U Thalassoterapiji koristimo najmoderniji uređaj za praćenje kožnih promjena koji smo dobili prvi u Hrvatskoj a financirala ga je Primorsko-goranska županija. Riječ je o Foto-finder Total Body uređaju kojim se ručno mogu pratiti promjene, ali ima i ugrađen fotoaparatus koji može fotografirati sam te ugrađen softver koji ih dodatno obrađuje. Pacijent se u tom slučaju tijekom dermatoskopije postavlja u položaje po protokolu, a uređaj je posebno dobar kod osoba koje imaju puno madeža. Uređaj tako bilježi i kod sljedećih pregleda sve suspektne madeže tako da se oni mogu pratiti u odnosu na zadnji pregled. Mi smo ga dobili 2018. godine kao prvi u Hrvatskoj i napravili smo na njemu velik broj pregleda. Osim dijagnostike, U Thalassoterapiji radimo praćenje madeža i drugih kožnih promjena, zatim ekscizije i reekscizije nekih od njih. Napravimo velik broj ekscizija promijenjenih madeža koji su često baš na mjestima izrazitog fotooštećenja kože kao posljedica prekomjernog izlaganja suncu tijekom života. Takvih ekscizija ovdje radimo jako puno. U pravilu se dermatoskopiju preporučuje raditi jednom godišnje kao što radimo i neke druge preventivne preglede, zaključuje dr. Rosović.

MELANOM U HRVATSKOJ*

19,6

na 100.000
incidencija
kod muškaraca

13,5

na 100.000
incidencija
kod žena

7,7

procijenjena
stopa smrtnosti
za muškarce

3,8

procijenjena
stopa smrtnosti
za žene

64,96%

stopa preživljavanja za
muškarce
(za dob
15 godina i više)

76,02%

stopa preživljavanja za žene
(za dob 15 godina i više)

*Europski informacijski sustav za rak za 2020.