

[Akceptuję](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)
[.net](#)
[Innowacje](#)
[Nauka](#)
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

Mamy większość świadomość ryzyka czerniaka, ale nadal go lekceważymy

W ostatnich latach znacznie wzrosła świadomość Polaków dotycząca ryzyka zachorowania na czerniaka. Nadal jednak nie zawsze przestrzegamy zaleceń ograniczających groźbę tego

nowotworu - alarmowali we wtorek specjaliści podczas konferencji prasowej.

Spotkanie online zorganizowano z okazji IX Tygodnia Świadomości Czerniaka. W tym roku będzie on obchodzony do 5 lipca pod hasłem „Skóra pamięta”.

Z danych przedstawionych w trakcie spotkania wynika, że w Polsce co roku wykrywa się około 50 tys. różnego typu nowotworów skóry, które często nie są groźne, ale 6 proc. z nich to wyjątkowo niebezpieczne czerniaki. Podkreślono, że najważniejsze jest profilaktyka, czyli uniknięcia nadmiernego opalania się i stosowanie kremów ochronnych. W razie zachorowania decydujące znaczenie ma wczesne rozpoznanie choroby i jak najszybsze rozpoczęcie leczenia.

Stąd główne hasło tegorocznego Tygodnia Świadomości Czerniaka - „Skóra pamięta”. Chodzi o to, że „dzisiejsze nawyki dotyczące ekspozycji na promieniowanie UV będą miały konsekwencje w przyszłości, a zachowania z przeszłości mogą dać znać o sobie jutro - w postaci czerniaka” - ostrzegął przewodniczący Rady Naukowej Akademii Czerniaka, prof. Piotr Rutkowski.

Z badań ARC Rynek i Opinia przedstawionych podczas spotkania wynika, że 96 proc. Polaków zna słowo „czerniak”, a 73 proc. respondentów wie, że jest to nowotwór skóry. To o 7 i 8 punktów procentowych więcej w porównaniu do 2011 r. Jedynie 4 proc. osób w 2020 r. wobec 11 proc. w 2011 r. nigdy nie słyszało o czerniaku.

Badanie wykonano metodą CAWI na zlecenie firmy Novartis i Akademii Czerniaka wśród Polaków w wieku 18-60 lat w drugiej połowie maja 2020 r. Wykazało ono, że najwięcej wiedzą o czerniaku osoby w wieku 45-60 lat - aż 78 proc. respondentów. Niestety, aż 37 proc. badanych młodszych osób między 18. a 24. rokiem życia twierdzi, że czerniak to jedynie „nieestetyczna zmiana na skórze”, z którą można żyć lub którą należy usunąć.

Osoby w średnim wieku choć mają większą wiedzę, to jednak nie stosują się do zaleceń chroniących przed czerniakiem. Z tego samego sondażu wynika, że ludzie w wieku 25-34 lat częściej noszą nakrycia głowy, używają okularów przeciwsłonecznych oraz stosują kremy z filtrem UV niż osoby w wieku 45-60 lat. Świadomość i wiedza Polaków - zwracają uwagę eksperci - nie zawsze idzie w parze z ich zachowaniem i postawami zdrowotnymi.

„Wielokrotnie powtarzamy, iż nadmierne dawki promieniowania UV prowadzą do nieodwracalnego uszkodzenia skóry, jednak Polacy są głusi na ten argument. Brak ochrony oczu jest również bardzo groźny, gdyż obecnie nie dysponujemy lekami skierowanym na komórki czerniaka oka” - podkreślił prof. Piotr Rutkowski, kierownik Kliniki Nowotworów Tkanek Miękkich, Kości i Czerniaków, Narodowego Instytutu Onkologii w Warszawie.

79 proc. ankietowanych przyznaje, że opalanie się w godzinach od 11.00 do 16.00 zwiększa ryzyko wystąpienia czerniaka, jednak 87 proc. badanych przyznaje, że mimo tego korzysta z kąpiei słonecznych właśnie w tym czasie.

„Jak pokazują najnowsze dane, zmiana zachowań na rzecz ochrony przed czerniakiem, czyli prewencja pierwotna, jest bardzo trudna do uzyskania - Polacy lubią być opaleni. Dlatego też tak ważna jest prewencja wtórna, czyli szybkie rozpoznanie czerniaka. Z drugiej strony widzimy groźną postawę osób w wieku dojrzałym, które najrzadziej stosują się do zaleceń dotyczących ochrony przed czerniakiem. Moje doświadczenie z tymi pacjentami wskazuje, iż myślą, że już nie warto się chronić i że nie ma to w ich wieku znaczenia. Nic bardziej mylnego, skóra ciągle pamięta” - przekonywał prof. Piotr Rutkowski.

Polacy wiedzą, że powinni obserwować swoje ciało, aby zidentyfikować czerniaka w porę i robią to

dość regularnie. Samoobserwację znamion deklaruje 79 proc. badanych. „Nasi rodacy coraz częściej obserwują swoje znamiona, jednak nie wiedzą, na co należy zwrócić uwagę i co powinno ich zaniepokoić” – zaznaczył prof. Witold Owczarek, przewodniczący Sekcji Dermatologii Onkologicznej Polskiego Towarzystwa Dermatologicznego.

Jego zdaniem, ewolucja znamienia, czyli wzrost, uwypuklenie, pęknięcia, krwawienia, jest najważniejszą cechą czerniaka, ale już ostatnim sygnałem, aby udać się do lekarza. „Zmianę, w której zachodzą takie procesy należy absolutnie skonsultować z lekarzem dermatologiem lub chirurgiem onkologiem” - dodał. Wczesne zmiany to asymetria znamiona (wylewające się na jedną stronę), poszarpane brzegi, nierównomierne i ze zgrubieniami, a także niejednolity kolor (czerwony i czarny) oraz rozmiar powyżej 3 mm.

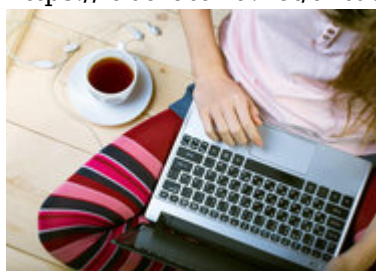
Eksperci przypomnieli, że wczesne rozpoznanie czerniaka, daje szansę na wyleczenie 95 proc. chorych. Gdy choroba ta jest już w stadium rozsianym, 5-letnie przeżycia uzyskuje się u około 35-41 proc. W naszym kraju 30 proc. czerniaków wykrywanych jest w zaawansowanym lub rozsianym stadium.

Podstawą skutecznego leczenia czerniaka jest zatem wczesne rozpoznanie i szybkie rozpoczęcie terapii. Jednak nawet w zaawansowanym III i IV stadium czerniaka można pomóc niektórym chorym. Podczas konferencji prasowej zwrócono uwagę na tzw. leczenie adjuwantowe (uzupełniające), polegające na zastosowaniu immunoterapii lub terapii celowanej. Takie metody dają szansę na uniknięcie wznowy oraz wydłużenie życia chorych z czerniakiem dla znacznie większej grupy chorych niż jeszcze kilka lat temu.

„Dzięki nowym formom terapii stosowanych w leczeniu czerniaka możliwe stały się wieloletnie przeżycia osób chorych na rozsianego czerniaka. Dlatego obecnie środowisko pacjentów i lekarzy prowadzi z Ministerstwem Zdrowia rozmowy o włączeniu nowoczesnych terapii do leczenia adjuwantowego, czyli u chorych, gdzie nowotwór jest zaawansowany, ale jeszcze nie dał odległych, widocznych w badaniach obrazowych przerzutów” – powiedział prof. Rutkowski.

Źródło: pap.pl

<https://laboratoria.net/aktualnosci/29730.html>



30-03-2026

Stypendia ministra nauki za znaczące osiągnięcia

Przyznał je 402 osobom.



30-03-2026

[Doktor z TikToka: fajnie by było, gdyby w sieci to jednak naukowcy...](#)

Aby chronić pisklęta przed pasożytami.



30-03-2026

[Kierownik wyprawy polarnej](#)

Zmiany klimatu widać gołym okiem.



30-03-2026

[Mikrolasery mogą wykrywać pojedyncze cząsteczki](#)

Informuje pismo „Nature Photonics”.



30-03-2026

[Duże teleskopy sfotografowały dwie formujące się planety](#)

Ogłosiło Europejskie Obserwatorium Południowe (ESO).



30-03-2026

[Bakteriofagi mogą chronić żywność przed salmonellą](#)

Informuje pismo „Applied and Environmental Microbiology”.



30-03-2026

[Rękawiczki mogą zawyżać wyniki pomiarów mikroplastiku](#)

Informuje specjalistyczne pismo „Analytical Methods”.



30-03-2026

Problem dezinformacji medycznej będzie narastał

Szkolenia na UMB dla przyszłych lekarzy

Informacje dnia: [Stypendia ministra nauki za znaczące osiągnięcia Doktor z TikToka: fajnie by było, gdyby w sieci to jednak naukowcy mówili o nauce](#) [Kierownik wyprawy polarnej](#) [Mikrolasery mogą wykrywać pojedyncze cząsteczki](#) [Duże teleskopy sfotografowały dwie formujące się planety](#) [Bakteriofagi mogą chronić żywność przed salmonellą](#) [Stypendia ministra nauki za znaczące osiągnięcia Doktor z TikToka: fajnie by było, gdyby w sieci to jednak naukowcy mówili o nauce](#) [Kierownik wyprawy polarnej](#) [Mikrolasery mogą wykrywać pojedyncze cząsteczki](#) [Duże teleskopy sfotografowały dwie formujące się planety](#) [Bakteriofagi mogą chronić żywność przed salmonellą](#) [Stypendia ministra nauki za znaczące osiągnięcia Doktor z TikToka: fajnie by było, gdyby w sieci to jednak naukowcy mówili o nauce](#) [Kierownik wyprawy polarnej](#) [Mikrolasery mogą wykrywać pojedyncze cząsteczki](#) [Duże teleskopy sfotografowały dwie formujące się planety](#) [Bakteriofagi mogą chronić żywność przed salmonellą](#)

Partnerzy