

### [Akceptuje](#)

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](#)

## Spada śmiertelność z powodu czerniaka w Polsce

**Dzięki wieloletniej edukacji, wcześniejszemu wykrywaniu i dostępności nowych terapii w Polsce spada śmiertelność z powodu czerniaka, mimo że liczba zachorowań na ten**

## **nowotwór wciąż rośnie. Mówili o tym eksperci we wtorek na spotkaniu z okazji XIV Tygodnia Świadomości Czerniaka, który trwa do 18 maja.**

W tym roku jest on obchodzony pod hasłem „5 liter, które ratują życie!”, które zwraca szczególną uwagę na tzw. ABCDE czerniaka oraz profilaktykę wtórną, polegającą na regularnym samobadaniu znamion i ich kontroli raz w roku u lekarza dermatologa bądź onkologa.

Przewodniczący Rady Naukowej Akademii Czerniaka, która organizuje Tydzień Świadomości Czerniaka, prof. Piotr Rutkowski, kierownik Kliniki Nowotworów Tkanek Miękkich, Kości i Czerniaków Narodowego Instytutu Onkologii im. Marii Skłodowskiej-Curie - Państwowy Instytut Badawczy w Warszawie, zaznaczył, że liczba nowych zachorowań na czerniaka w naszym kraju wciąż rośnie. "Gdy zaczynałem pracę, a to było już 28 lat temu, rocznie diagnozowano ok. 1500 zachorowań na czerniaka. Teraz jest ich 4500, czyli ponad trzy razy więcej" - powiedział specjalista. Dodał, że w ostatnim czasie tempo wzrostu zachorowań zmalało.

W jego ocenie bardzo pozytywne jest to, że poprawia się przeżywalność pacjentów z czerniakiem. "Choć w przypadku wielu nowotworów mówi się, że jesteśmy poniżej średniej w UE, w przypadku przeżywalności chorych na czerniaka jesteśmy powyżej średniej" - podkreślił. Z danych, które przedstawił, wynika, że w ciągu ostatnich ośmiu lat przeżywalność pięcioletnia chorych na czerniaka wzrosła o 20 punktów proc. - obecnie ok. 90 proc. pacjentów przeżywa pięć lat.

Jak wyjaśnił prof. Rutkowski, można to przypisywać temu, że dzięki szerokiej edukacji prowadzonej przez Akademię Czerniaka coraz więcej przypadków tego nowotworu jest wykrywanych we wczesnym stadium, gdy szanse na wyleczenie wynoszą niemal 100 proc. "Drugą sprawą to jest to, że mamy dostęp do coraz skuteczniejszych terapii" - podkreślił ekspert. Dodał, że od wprowadzenia immunoterapii do leczenia tego nowotworu w 2011 r. stało się ono bardziej skomplikowane i zindywidualizowane. Podkreślił, że właściwie wszystkie nowoczesne leki na czerniaka są dostępne w Polsce.

"Chociaż obecnie mamy wszystkie potrzebne narzędzia, pozwalające na skuteczne leczenie pacjentów z czerniakami, to chcielibyśmy, aby ci pacjenci w ogóle nie musieli z nich korzystać. (...) Bardzo byśmy chcieli, żeby tych chorych było jak najmniej, a problem czerniaka rozwiązywany był już na poziomie właściwej profilaktyki" - powiedział prof. Rutkowski cytowany w informacji prasowej przesłanej PAP.

Dlatego podczas tegorocznych obchodów Tygodnia Świadomości Czerniaka eksperci po raz kolejny przypomnieli o konieczności regularnego samobadania własnej skóry i znamion.

"Poza całodzienną ochroną skóry przed słońcem, dobrze także regularnie jej się przyglądać. Uwagę zwrócić powinno każde nowe lub już posiadane, ale zmieniające się znamię. A w rozpoznaniu czerniaka pomoże znajomość jego cech charakterystycznych" - tłumaczył prof. Rutkowski. Dla uproszczenia opisano je za pomocą początkowych liter alfabetu ABCDE.

"A oznacza asymetrię - znamię wylewające się na jedną stronę. B, jak brzegi poszarpane, opisuje znamię, którego brzegi nie są gładkie, które jest nie jest okrągłe, ani owalne. C oznacza czerwony lub czarny niejednorodny kolor znamienia. D - oznacza duży rozmiar, tj. znamię o wielkości powyżej 5-6 mm. E to z kolei ewolucja; wskazuje na znamię, które zmieniło się w krótkim czasie. Powiększa się, unosi nad powierzchnię skóry, pęka, spędzi, piecze, a także wokół którego powstało kilka nowych znamion" - wymieniał prof. Rutkowski.

Podkreślił, że jeśli zauważymy u siebie znamię posiadające którąś z tych cech, nie powinniśmy

zwlekać z wizytą u dermatologa. "Znajomość własnych znamion, pozwalająca zauważyć różnicę w ich wyglądzie, w wyniku rozwoju nowotworu, czy też regularne kontrole u dermatologa lub chirurga onkologa obowiązują wszystkich, bez względu na wiek, płeć, wykonywany zawód czy posiadane hobby" - powiedział specjalista.

Prof. Grażyna Kamińska-Winciorek, kierownik Zespołu ds. Raka i Czerniaka Skóry w Narodowym Instytucie Onkologii im. Marii Skłodowskiej-Curie - Państwowym Instytucie Badawczym, Oddział w Gliwicach, przypomniała z kolei, że nie należy zapominać o bieżącej ochronie skóry przed promieniowaniem UV, najczęściej słonecznym, ponieważ uszkadza ono skórę i zwiększa ryzyko zachorowania na raka skóry oraz czerniaka. "Więcej niż cztery oparzenia słoneczne w wieku od 15. do 20. roku życia zwiększają ryzyko wystąpienia raków skóry aż o 68 proc., a czerniaka aż o 80 proc." - powiedziała specjalistka.

Zaznaczyła, że w ramach profilaktyki nowotworów skóry powinniśmy: unikać słońca w godzinach 11.00-16.00, stosować kremy z filtrem przeciwsłonecznym - najlepiej SPF30, a podczas wyjazdu do ciepłych krajów SPF50. "Zakładamy też kapelusze, czapki, wybieramy odzież zakrywającą ramiona, nosimy okulary, unikamy solarium. Niestety korzystanie z solarium kilkukrotnie zwiększa zachorowanie na raki płaskonabłonkowe oraz na czerniaka" - wymieniała prof. Kamińska-Winciorek.

Podkreśliła, że Polacy przeważnie mają niski fototyp skóry, tj. I lub II, który charakteryzuje się jasną skórą, blond lub rudymi włosami, licznymi piegami, a także skłonnością do oparzeń słonecznych oraz brakiem lub słabą zdolnością do wytwarzania opalenizny.

To plasuje nas w grupie wysokiego ryzyka rozwoju czerniaka, dlatego powinniśmy przywiązywać szczególną wagę do profilaktyki, podsumowali specjaliści.

Źródło: pap.pl

<https://laboratoria.net/aktualnosci/32475.html>



01-06-2026

## [Gwałtowne przerwanie gry komputerowej w złości to ważny sygnał](#)

Sam czas spędzony przed ekranem nie jest najlepszą miarą ryzyka.



01-06-2026

## [Uniwersytet Wrocławski, PAP i Fundacja PAP podpisały umowę](#)

Dotyczy działań komunikacyjnych, edukacyjnych oraz popularyzatorskich.



01-06-2026

## [10 polskich zespołów w zawodach Shell Eco-marathon Poland 2026](#)

Między 24 a 28 czerwca zmierzą się z ponad 150 ekipami z 28 krajów.



01-06-2026

## [Prawie 1,2 mld ludzi na świecie cierpi na zaburzenia psychiczne](#)

W 2023 r. z tego powodu cierpiało prawie 1,2 mld ludzi na świecie.



01-06-2026

## [AGH uruchomiła laboratorium](#)

Ze źródłem promieniowania RTG dorównującym synchrotrono.



01-06-2026

## [UE Katowice i Śląski Uniwersytet Medyczny uruchamiają nowe kierunki](#)

Uczelnie zapowiedziały rozwój kształcenia praktycznego i cyfrowego.



01-06-2026

## [W poniedziałek rozpocznie się rekrutacja na Uniwersytet Jagielloński](#)

Najstarsza uczelnia w kraju ma w ofercie 13 nowych kierunków studiów.



01-06-2026

## [3 proc. PKB na naukę to nie jest radykalny postulat](#)

To nie jest radykalny cel, ale uniwersalny postulat, który bardzo by Polsce pomógł.

**Informacje dnia:** [Gwałtowne przerwanie gry komputerowej w złości to ważny sygnał Uniwersytet Wrocławski, PAP i Fundacja PAP podpisały umowę 10 polskich zespołów w zawodach Shell Eco-marathon Poland 2026](#) [Prawie 1,2 mld ludzi na świecie cierpi na zaburzenia psychiczne](#) [AGH uruchomiła laboratorium](#) [UE Katowice i Śląski Uniwersytet Medyczny uruchamiają nowe kierunki](#)

[Gwałtowne przerwanie gry komputerowej w złości to ważny sygnał Uniwersytet Wrocławski, PAP i Fundacja PAP podpisały umowę 10 polskich zespołów w zawodach Shell Eco-marathon Poland 2026 Prawie 1,2 mld ludzi na świecie cierpi na zaburzenia psychiczne AGH uruchomiła laboratorium UE Katowice i Śląski Uniwersytet Medyczny uruchamiają nowe kierunki Gwałtowne przerwanie gry komputerowej w złości to ważny sygnał Uniwersytet Wrocławski, PAP i Fundacja PAP podpisały umowę 10 polskich zespołów w zawodach Shell Eco-marathon Poland 2026 Prawie 1,2 mld ludzi na świecie cierpi na zaburzenia psychiczne AGH uruchomiła laboratorium UE Katowice i Śląski Uniwersytet Medyczny uruchamiają nowe kierunki](#)

## **Partnerzy**