proLékaře.cz | 21.11.2026

určované podle celkového rozsahu onemocnění i stavu pacienta.

PRAKTICKÉ POKYNY A PREVENCE

Základem prevence je omezit slunění a dodržovat **zásady ochrany před ultrafialovým světlem**. Ve zkratce se jedná o tři pravidla:

1. Rozumné chování – zejména přes polední hodiny se vyhýbat pobytu na slunci.
2. Chránit si kůži oděvem, přikrývkou hlavy, brýlemi, slunečníkem atp.
3. Používat ochranné krémy s dostatečným UV faktorem, minimálně SPF > 15, zejména pak na obličej, šíji, hřbety rukou; u mužů nezapomínat na ochranu uší a pleše. Podrobnější informace viz letáček Fotoprotekce.

V rámci prevence je velmi důležité **včasné rozpoznání** melanomu a dalších nádorů především samotným pacientem. Při **samovyšetření kůže** se doporučuje prohlédnout kůži vpředu i vzadu, při dobrém světle, před velkým zrcadlem a postupovat podle uvedených bodů:

- Začněte vyšetřením přední částí těla a hlavy, poté boky se zdviženými pažemi. Ženy též oblast pod prsy a mezi nimi.
- Následně prohlédněte dlaně, předloktí a paže.
- V sedě zkontrolujte vnitřní strany stehen, lýtek, chodidla a prostory mezi prsty u nohou.
- Pomocí ručního zrcátka prohlédněte zátylí, prostory za uchem; muži i oblast pleše.
- Na závěr, také s pomocí ručního zrcátka, vyšetřete záda včetně hýždí.

V lékařské diagnostice je prospěšné **vyšetření dermatoskopem**, který umožňuje podrobnější rozlišení než prostá lupa. Kromě ručního dermatoskopu se používají i digitální dermatoskopy, umožňující ještě přesnější vyšetření. Diagnostika ale není jen mechanicky vizuální záležitost, takže přístroje nemohou celkové lékařské zhodnocení a posouzení zcela nahradit. Každý člověk by si měl svou kůži sledovat, kontrolovat a v případě zaznamenání změn ve zbarvení, tvaru nebo velikosti některého znaménka, případně jiných podezřelých útvarů, anebo při jakýchkoliv pochybnostech se nechat vyšetřit dermatologem. Sebemenší podezření na zhoubný nádor je indikací k chirurgickému odstranění ložiska a provedení histologického vyšetření, které diagnózu potvrdí či vyloučí.

Vhodná jsou **pravidelná preventivní vyšetření** celého těla **u dermatologa,** a to i bez nějakého podezření. To platí především pro **rizikové osoby**: jedince s tzv. atypickými znaménky, s výskytem melanomu v rodině, s velkou zátěží slunečnímu záření v minulosti anebo se světlou kůží, osoby s imunosupresí a pochopitelně i pro ty, kteří v minulosti již nějaký kožní nádor měli.

Edukační projekt České dermatovenerologické společnosti ČSL JEP © MUDr. Ivana Krajsová, MBA, 2019
Materiál je chráněn autorskými právy a je určen členům ČDS ČLS JEP pro edukační účely v ordinacích. Není povoleno ho mimo tyto účely dále reprodukovat či jakkoliv rozšiřovat, včetně jeho částí. Pro jakékoliv jiné využití je třeba souhlasu autora a redakce Čs. Dermatologie.

z praxe

Neotigason: „Program prevence těhotenství a expozice plodu“

Oznámení firmy.

Výbor ČDS ČLS JEP, z. s., obdržel v říjnu 2019 cestou prof. Švihovce informaci SÚKLu, že (obdobně jako u p. o. isotretinoinu) i u acitretinu (Neotigason) je k dispozici „Program prevence těhotenství a expozice plodu“. Cílem je informovat o riziku teratogenity a realizovat opatření k jeho minimalizaci.

Hlavním faktem je, že fertilní ženy nesmí po dobu léčby a 3 roky po ukončení léčby otěhotnět. Nesmí obdržet krevní transfuzi od dárce léčeného acitretinem (včetně 3 let po ukončení léčby dárce). Informaci v plném znění tak, jak jsme ji obdrželi, jsme umístili do rubriky Aktuality na webovou stránku ČDS ČLS JEP.

Edukační materiály pro lékaře a pacienty a další informace poskytuje držitel registrace, firma Teva Pharmaceuticals CZ, tel.: 724 268 294, e-mail: Safety.Czech@teva.cz

Materiály lze stáhnout na www.teva.cz/katalog/odbornici/n/

Nina Benáková