

Informacja prasowa

Pamiętasz o ochronie przeciwsłonecznej?

Rak podstawnokomórkowy jest najczęstszym nowotworem skóry

**Z roku na rok liczba nowotworów skóry dynamicznie wzrasta.[[1]](#footnote-2) Zgodnie z danymi KRN niebarwnikowe nowotwory skóry plasują się na podium najczęściej występujących nowotworów
w Polsce – zaraz po raku płuca i raku piersi – choć w rzeczywistości jest ich znacznie więcej. Ich główną przyczyną powstawania jest nadmierna ekspozycja na działanie promieni słonecznych. Biorąc pod uwagę niedostateczną profilaktykę oraz problemy klimatyczne wynikające z dziury ozonowej, przez którą na naszą planetę dociera coraz więcej promieni UV wzrastające statystyki nie dziwią.**

**– *Mimo tego, że niebarwnikowe nowotwory skóry występują tak często, to równie często są bagatelizowane. O ile zmiany przypominające czerniaka budzą zaniepokojenie wśród większej liczby osób, o tyle niebarwnikowe zmiany przypominające strupki i pewnego rodzaju defekty kosmetyczne są często ignorowane. Dlatego też wraz z rozpoczynającym się sezonem letnim, w którym ekspozycja na słońce jest zdecydowanie największa, ruszamy z kolejną odsłoną kampanii edukacyjnej RAK UV, rozbudowując edukację o raka podstawnokomórkowego skóry. Tylko dzięki edukacji społeczeństwa, szczególnie w grupach wysokiego ryzyka, jesteśmy w stanie zmienić te statystyki*** **–** **podkreśla Elżbieta Kozik Prezes Stowarzyszenia Polskie Amazonki Ruch Społeczny, jednego z organizatorów kampanii RAK UV.**

W związku z rozkwitającym sezonem rolniczym i sadowniczym oraz rozpoczynającym się okresem wakacyjnym inicjatorzy kampanii RAK UV prezentują kolejną odsłonę kampanii edukacyjnej dotyczącej niebarwnikowych nowotworów skóry. W tym roku oprócz raka kolczystokomórkowego będą także edukować na temat raka podstawnokomórkowego, najczęstszego z nowotworów skóry.

- *Doskonale wiemy jak ważna jest edukacja z zakresu profilaktyki zdrowotnej, dlatego nieprzerwanie od 2020 roku edukujemy na temat niebarwnikowych nowotworów skóry. W tym roku chcemy zwrócić uwagę na raka podstawnokomórkowego, który jest zdecydowanie najczęstszym rakiem skóry.
W ramach działań edukacyjnych uczestniczymy w różnych lokalnych inicjatywach skupiających osoby najbardziej narażone na zachorowanie na nowotwory skóry tj. rolników i sadowników. W tym roku oprócz edukacji w specjalnie przygotowanym mobilnym gabinecie realizujemy bezpłatne badania dermatoskopowe* – podkreśla Kamil Dolecki Prezes Stowarzyszenia Pomocy Chorym na Mięsaki
i Czerniaki Sarcoma.

Raki skóry stanowią 30% wszystkich rozpoznawanych nowotworów złośliwych. Najczęstszymi z nich są niebarwnikowe nowotwory skóry, które stanowią 98% zachorowań. Dominujący wśród zachorowalności jest rak podstawnokomórkowy stanowiącego 80% przypadków, natomiast na drugim miejscu plasuje się rak kolczystokomórkowy stanowiący 15-20%. [[2]](#footnote-3)

Łącznie te dwa nowotwory są odpowiedzialne za 14 266 oficjalnie odnotowanych w 2019 roku zachorowań na niebarwnikowe nowotwory skóry – 6872 u mężczyzn i 7391 u kobiet – co odpowiada zachorowalności odpowiednio 8,0% i 8,6%.[[3]](#footnote-4)

– *Dane epidemiologiczne, którymi dysponujemy niestety nie są pełne. Oficjalnie odnotowanych zachorowań na raka skóry mamy w Polsce ponad 14 tys., ale w rzeczywistości jest ich o wiele więcej. Szacuje się, że jest to około 40-50 tys. zachorowań rocznie. Bardzo często pacjenci operowani są lub leczeni miejscowo przez specjalistów dermatologów czy chirurgów plastyków, więc przypadki te nie trafiają do Krajowego Rejestru Nowotworów* – wyjaśnia prof. dr hab. n. med. Piotr Rutkowski, kierownik Kliniki Nowotworów Tkanek Miękkich, Kości i Czerniaków Narodowego Instytutu Onkologii im. Marii Skłodowskiej-Curie w Warszawie.

**Rak podstawnokomórkowy skóry – jak go rozpoznać?**

Rak podstawnokomórkowy skóry (BCC) to nowotwór złośliwy wywodzący się z nierogowaciejących komórek warstwy podstawnej naskórka. BCC zazwyczaj charakteryzuje się powolnym wzrostem, miejscową złośliwością i niewielkim ryzykiem przerzutów.

- *Obraz kliniczny raka podstawnokomórkowego, tak samo jak w przypadku raka kolczystokomórkowego, jest zróżnicowany i zależy od umiejscowienia. Rozwija się przede wszystkim na odkrytych częściach ciała tj. głowie i szyi, które są najbardziej narażone na oddziaływanie promieni UV, ale może również występować na tułowiu, kończynach czy genitaliach. Typowy wygląd BCC to blaszka, grudka lub guzek różowej barwy z uniesionym, perełkowatym wałem lub opalizującą, przezroczystą powierzchnią w przypadku guzka. Z czasem powierzchnia raka pokrywa się drobnymi nadżerkami, strupami lub ulega owrzodzeniu* – wyjaśnia prof. dr hab. n. med. Piotr Rutkowski.

– *Mimo że rak podstawnokomórkowy rozwija się powoli, to zaniedbany może zacząć naciekać na sąsiadujące elementy kostne, chrzęstne, naczyniowe, nerwowe albo gałkę oczną. Co w konsekwencji, po szerokim wycięciu, powoduje zniekształcenia anatomiczne. Zdarzają się także przypadki
z agresywnym przebiegiem, głębokim naciekaniem na sąsiednie struktury, dającym wznowy i przerzuty do narządów odległych, najczęściej do węzłów chłonnych, płuc, kości i wątroby –* dodaje profesor.

**Wiosną i latem - nie pracuj na raka!**

Dla zsyntetyzowania w skórze odpowiedniej ilości witaminy D w sezonie wiosenno-letnim, wystarczy 10-15 minut ekspozycji słońca na odsłoniętą skórę twarzy, dłoni i przedramion.[[4]](#footnote-5) Dłuższe przebywanie na słońcu wcale nie zwiększa jej produkcji, a może jedynie przyczynić się do uszkodzenia skóry. Bez odpowiedniej profilaktyki słońce może być dla nas naprawdę niebezpieczne.

- *Warto pamiętać, że na działanie promieni słonecznych jesteśmy narażeni nie tylko na wakacjach, ale za każdym razem, gdy wychodzimy z domu – czyli idąc do pracy, pielęgnując ogródek, czy jadąc rowerem. Dlatego apelujemy, aby podczas wykonywania prac czy odpoczynku na świeżym powietrzu chronić skórę przed słońcem, a wszystkie niepokojące zmiany skórne konsultować z lekarzem dermatologiem lub/i onkologiem. Nasze działania edukacyjne kierujemy przede wszystkim do osób pracujących na świeżym powietrzu, w sektorach takich jak rolnictwo, czy sadownictwo, bo to zdecydowanie te osoby przez cały sezon wiosenno-letni spędzają najwięcej czasu na zewnątrz,
a w natłoku pracy ostatnią rzeczą o jakiej myślą jest użycie kremu z filtrem czy osłona ramion i głowy. Dlatego to właśnie te osoby są w grupie ryzyka zachorowania na niebarwnikowe nowotwory skory tj. raka podstawnokomórkowego skóry i raka kolczystkomórkowego skóry –* podkreśla Joanna Konarzewska-Król dyrektor Fundacji Onkologicznej Nadzieja. – *Na raka skóry pracuje się przez całe życie, dlatego tak ważna jest profilaktyka szczególnie wśród osób z grupy ryzyka* – dodaje.

**Statystyki nie kłamią!**

Tylko w trakcie jednego dnia, w ramach działań kampanii RAK UV i zorganizowanych badań profilaktycznych podczas niedawnych Dni Garwolina, przebadanych zostało łącznie 81 osób - aż u 25% uczestników badania wykryto zmiany z podejrzeniem nowotworowym. – *W trakcie zaledwie kilku godzin, aż u 20 osób, które zostały przebadane w naszym mobilnym gabinecie #FurzeZdrowia wykryliśmy zmiany o charakterze nowotworowym, które wymagają dalszej diagnostyki w kierunku chorób nowotworowych skóry takich jak czerniak, rak podstawnokomórkowy jak również zmian o innej etiologii, w tym raka kolczystokomórkowego i mięsaka. To jeszcze bardziej uzmysławia nam jak istotne jest to co robimy. Wiele osób wykonujących pracę na świeżym powietrzu, nie zdaje sobie sprawy, że codziennie naraża się na zachorowanie, szczególnie gdy nie stosuje żadnej ochrony przed słońcem i nie robi badań profilaktycznych –* wyjaśnia Kamil Dolecki.

**Samoobserwacja skóry – robisz to?**

W przypadku profilaktyki, oprócz ochrony skóry przed działaniem promieni UV, bardzo istotnym elementem jest samoobserwacja, która powinna odbywać się przynajmniej raz w miesiącu. Ważne jest, aby obserwować zmiany już istniejące oraz sprawdzać skórę pod kątem nowych. Raz w roku, szczególnie po okresie wakacyjnym warto także udać się do dermatologa. W przypadku pojawienia się niepokojących zmian pobiera się wycinek, który następnie przechodzi przez badanie histopatologiczne.

– *Złotym standardem w leczeniu raków skóry jest wycięcie zmiany wraz z marginesem zdrowych tkanek. Można je zastosować w większości przypadków, szczególnie przy wczesnym wykryciu choroby. Zabieg ten nie jest możliwy w przypadku zaawansowanej choroby lub ze względu na lokalizację nowotworu. W leczeniu wykorzystuje się radioterapię, leczenie bólu, opatrywanie ran nowotworowych oraz chemioterapię. Jednak należy pamiętać, że pacjenci z zaawansowanymi rakami niebarwnikowymi skóry to głównie osoby starsze, które cierpią na inne schorzenia towarzyszące. Z tego powodu większość z nich nie może przyjmować chemioterapii stosowanej w praktyce klinicznej. Takie osoby leczone są paliatywnie, czyli objawowo* – podkreśla Profesor Rutkowski. – *Nie można bagatelizować żadnych zmian na skórze. W przypadku raków skóry tak samo, jak w przypadku innych chorób nowotworowych, wczesna diagnostyka ma kluczowe znaczenie dla zdrowia i życia pacjenta* – apeluje.

**O kampanii**

„Rak UV” to ogólnopolska kampania edukacyjna poświęcona niebarwnikowym nowotworom skóry: rakowi kolczystokomórkowemu skóry (SCC) oraz rakowi podstawnokomórkowemu skóry (BCC).

Celem kampanii jest edukacja i budowanie świadomości społecznej na temat niebarwnikowych nowotworów skóry, czynników ryzyka oraz możliwych form profilaktyki, szczególnie w grupach wysokiego ryzyka zachorowania na ten typ nowotworu. Działania edukacyjne realizowane w ramach kampanii będą kierowane do rolników, sadowników, leśników, ogrodników, rybaków, pracowników budowlanych ale również działkowców; seniorów z gmin wiejskich i miejsko-wiejskich.

Edukacja prowadzona jest nie tylko za pośrednictwem strony internetowej kampanii rakuv.pl czy kanałów komunikacyjnych partnerów kampanii (social media, www), ale również wydarzeń specjalnych docierających bezpośrednio do seniorów z gmin wiejskich i miejsko wiejskich. W trakcie tych wydarzeń odbędą się bezpłatne badania dermatoskopowe oraz dystrybuowane będą materiały edukacyjne poświęcone niebarwnikowym nowotworom skóry. W tym roku planowana jest również wystawa „Twarze Polskiej Wsi”, która będzie przedstawiać portrety osób potencjalnie narażonych na zachorowanie. Autorem zdjęć będzie Jacek Poremba legenda polskiej fotografii. Fotograf modowy, portrecista i pejzażysta. Laureat wielu międzynarodowych konkursów fotograficznych.

Inicjatorami kampanii są organizacje pacjenckie działające od wielu lat na rzecz poprawy sytuacji pacjentów onkologicznych w Polsce: Polskie Amazonki Ruch Społeczny, Fundacja Gwiazda Nadziei, Fundacja Onkologiczna Nadzieja, Fundacja Życie z Rakiem, Stowarzyszenie Pomocy Chorym na Mięsaki i Czerniaki Sarcoma i Stowarzyszenie MANKO.

Przedsięwzięcie zostało objęte honorowym patronatem Ministra Zdrowia oraz Ministra Rolnictwa
i Rozwoju Wsi.

Patronat nad kampanią objęli: Rzecznik Praw Pacjenta, Kasa Rolniczego Ubezpieczenia Społecznego, Polskie Towarzystwo Onkologiczne, Polskie Towarzystwo Chirurgii Onkologicznej, Związek Gmin Wiejskich RP, Związek Zawodowy Rolnictwa i Obszarów Wiejskich "Regiony" , Instytut Medycyny Wsi im. Witolda Chodźki, Związek Sadowników Rzeczpospolitej Polskiej, Krajowe Stowarzyszenie Sołtysów, Związek Powiatów Polskich, Fundacja Polska Gospodyni, Krajowa Rada Izb Rolniczych.

Więcej informacji na temat kampanii na [www.rakuv.pl](http://www.rakuv.pl).

**Kontakt dla mediów**

|  |  |
| --- | --- |
| Compass PRKarolina Waligórak.waligora@compasspr.pltel.: +48 500 088 365 | Compass PRAngelina Sahloula.sahloul@compasspr.pltel.: +48 886 574 738 |

1. Rutkowski P, Owczarek W, Nejc D et al. Skin carcinomas. Oncol Clin Pract 2020 [↑](#footnote-ref-2)
2. Rutkowski P, Owczarek W, Nejc D et al. Skin carcinomas. Oncol Clin Pract 2020 [↑](#footnote-ref-3)
3. Nowotwory złośliwe w Polsce 2019, <http://onkologia.org.pl/wp-content/uploads/Nowotwory_2019.pdf>, 14.06.2022 [↑](#footnote-ref-4)
4. Światło słoneczne i witamina D, <https://pacjent.gov.pl/aktualnosc/swiatlo-sloneczne-i-witamina-d>, 14.06.2022r. [↑](#footnote-ref-5)