



Provoněný svět

Co je aromaterapie?

Člověk a kůň

Vztah trvající tisíceletí

„Děkuji,
zachránila
jste mi
život.“

Rozhovor s MUDr. Sylvou Zajícovou,
garantem kampaně Spolu proti melanomu



DĚKUJI, zachránila jste mi život

O preventivně vzdělávací kampani ČPZP Spolu proti melanomu, a nejen o ní, hovoříme s MUDr. Sylvou Zajícovou, která je garantem zmíněného projektu.



Paní doktorko, proč jste se rozhodla pro dermatologii?

Po ukončení studia jsem začala pracovat v oboru pediatrie, ze které mám i atestaci, a postupem času jsem začala uvažovat o dětské dermatologii. Hodně malých pacientů má různé vrozené vady kůže, ale často také atopický ekzém nebo jiné infekční onemocnění kůže. Chtěla jsem jim od jejich potíží pomoci. Vzhledem ke změnám v atestačním systému po vstupu do EU jsem se nakonec rozhodla atestovat z oboru dermatologie pro děti i dospělé. Kůže je největší orgán lidského těla, takže i problematika a škála onemocnění kůže jsou velice široké.

Specializujete se na některou část oboru?

Vzhledem k tomu, že mám i atestaci z pediatrie, ráda vyšetřuji malé pacienty, které nejčastěji trápí atopický ekzém. Věnuji se také lymfologii – léčbě otoků. Otoky bývají na dolních končetinách buď z důvodu primárního, vrozeného lymfedému, nebo jako sekundární projev chronické žilní nedostatečnosti

nebo po různých operacích, hlavně pokud se zasahuje do mízních uzlin. Otoky horních končetin nejčastěji vidáme po operaci nádoru prsu pro karcinom. Při léčbě nádoru dojde k poškození spádových lymfatických uzlin v podpaží buď chirurgicky, nebo poté při radioterapii a ruka začne natékat. Pro pacientky je to velice zatěžující, protože končetina je těžká, špatně ohebná, neobléknu se do rukávu košile. Při komplexní dekongestivní terapii jim můžeme aspoň částečně pomoci.

Co vám vaše práce přináší, co naopak bere?

Mám svou práci ráda a baví mě. Ráda komunikuji s pacienty, naslouchám jejich potížím, které často souvisejí i s psychikou člověka. Samozřejmě je někdy náročné vyjít se všemi pacienty dobře, agresivita a tlak společnosti obecně rostou a cítíme to i my v ordinaci. Všichni chtějí být ošetřeni hned, rychle a léčba musí okamžitě zabrat. Bohužel to tak v medicíně nefunguje. I když použiji stejnou mast na stejné projevy, která u jednoho pacienta zabrala, u druhého nemusí. Obecně

profese lékaře je velice náročná a zasahuje i do soukromého života, je to opravdu poslání. Pacienti či známí volají, posílají fotky i v době volna. Je to dáno i tím, že dermatologie je vizuální obor. Některá onemocnění jsem schopna diagnostikovat i z fotky, ale někdy je třeba zjistit další okolnosti, vyšetřit celého pacienta, nejen jedno ložisko. Běžně mě na různých akcích zastavují lidé se slovy: „Můžeš se mi na to podívat?“ Není to jen se podívat, je to i zamyslet se, zjistit celkový stav pacienta a vymyslet léčbu.

Co bývá na vaší práci nejtěžší, co vás na druhé straně motivuje a pozitivně nabíjí?

Těžké je, když se projevy vrací, protože hodně kožních chorob je chronických a my je neumíme úplně vyléčit, jen zmírnit. Tím, že kožní onemocnění je vidět, je často pro pacienty velice stresující a zhoršuje kvalitu jejich života. Také pro mě není jednoduché, když mám podezření na nádor kůže, je to často i u mladých lidí. Když odcházejí z ordinace, vím, že je čeká těžké

období. Často si na ně vzpomenu i doma. Naopak mě nabíjí, když pacient přijde a poděkuje mi za léčbu, která zabrala, za včasnou diagnostiku nádoru. Věta „děkuji, zachránila jste mi život“ je to, co mě motivuje v další práci.

Jste garantem preventivně vzdělávací kampaně ČPZP Spolu proti melanomu. V čem spatřujete přínos tohoto projektu?

Prevence je velice důležitá a spatřuji v ní velký smysl. Proto se již několik let pravidelně zúčastňuji právě vyšetření znamének ve stanech v různých městech. Každý rok s kolegy zachytíme jak melanomy, tak i jiné nádory kůže, nejčastěji basaliomy. Jsem ráda, že ČPZP se tomuto preventivnímu vyšetření věnuje a pomáhá včasnému záchytu nádorů.

Proč by lidé měli na toto bezplatné vyšetření chodit? A jaký je o ně zájem?

Pacienti mohou chodit samozřejmě celoročně na vyšetření znamének k dermatologům. Někdy ta pravidelnost chybí, mají ostych z ordinace. Často je odradí delší objednací doby. Proto je pro ně jednodušší přijít na vyšetření do stanu. Zájem o vyšetření je každoročně obrovský, stále se tvoří dlouhá fronta. Lidé jsou rádi, že dermatologové chodí mezi ně. Sama si říkám, že osvěta je tak veliká, že už všichni lidé vědí, že se mají před sluníčkem chránit. Ale i přesto je záchyt stále poměrně vysoký.

Jakých změn by si lidé měli na své kůži všimnout a kdy je dobré navštívit dermatologa?

Lidé by měli znát svá znaménka, měli by si všimnout všech změn a nově vzniklých projevů. Doporučujeme

sledovat znaménka podle ABCDE klasifikace: A asymetrie, B borders – hranice, C color – změna barvy, D diameter – rozměr nad 6 mm, E evolution – změna, vývoj. Pokud dojde ke změně nebo si prostě nejsou jistí, doporučuji navštívit dermatologa.

V čem spočívá největší nebezpečí melanomu a jak probíhá léčba?

Největší nebezpečí je v rychlém zakládání metastáz. Léčba záleží na histologickém vyšetření, tloušťce nádoru, na zasažení podkoží a lymfatických uzlin. Pokud je nádor zachycen včas a je tenký, stačí pouze chirurgická excize s lemem do zdravé tkáně. Léčba melanomu probíhá ve specializovaných dermatologických centrech ve spolupráci s plastickými chirurgy a onkology.

Při práci využíváte digitální dermatoskop. Jaké má výhody?

Jde o nejmodernější přístroj na vyšetření znamének. Projev si mohou zvětšit až 120×, na rozdíl od ručního dermatoskopu, který zvětšuje jen 10×. Mnohem lépe vidím strukturu pigmentového névu. Velkou výhodou je také srovnání konkrétního znaménka s databází, kterou nabízí software, jenž nám ukáže asymetrie, odchylky od kružnice a další. Samozřejmě se nemůžeme spoléhat pouze na přístroj, při vyšetření sami sledujeme určité znaky.

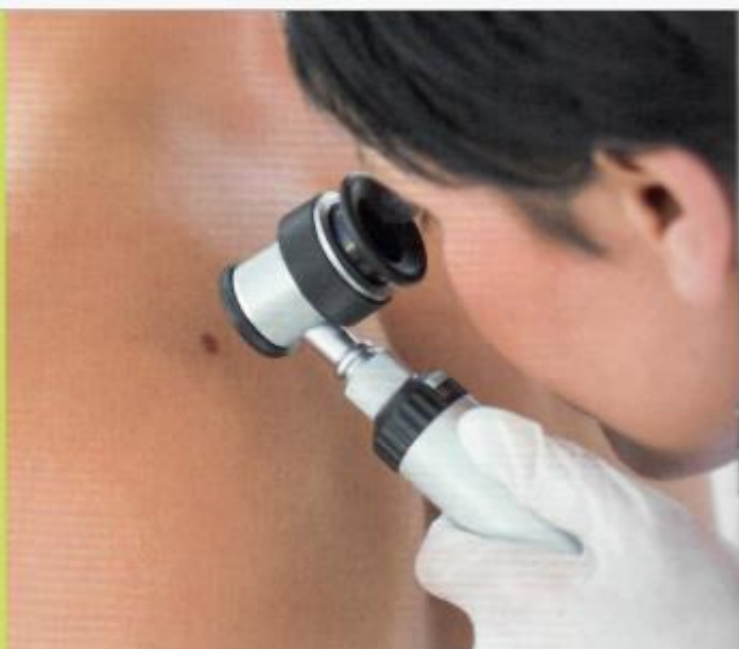
Velkou výhodou je, že dermatoskopické obrazy zůstávají v počítači uloženy, a pokud přijde pacient na kontrolu, což doporučujeme minimálně jednou ročně, vidíme původní nález a aktuální a můžeme porovnat případné změny. ČPZP i jiné pojišťovny přispívají na toto vyšetření z balíčku prevence rakoviny kůže.

Lenka Gulašiová



SPOLU PROTI MELANOMU UŽ POPÁTÉ

Od 11. května do 9. června měli lidé v 15 velkých městech České republiky možnost nechat si vyšetřit pigmentová znaménka během bezplatné preventivní akce Spolu proti melanomu, kterou organizuje ČPZP. Dorazilo celkem 6 483 zájemců, u 399 z nich byl diagnostikován podezřelý nález.



„Ve srovnání s přechozím ročníkem bylo vyšetřeno o 117 lidí méně, ale zase bylo zachyceno o 48 podezřelých nálezů více. Zatímco během minulé akce lékaři odhalili podezřelá znaménka u 351 lidí, nyní to bylo 399 nálezů ukazujících na zhoubný melanom nebo basaliom, který je nejčastějším typem rakoviny kůže. Všichni zájemci byli vyšetřeni zdarma bez ohledu na svůj věk nebo příslušnost ke zdravotní pojišťovně,“ uvádí k výsledkům kampaně tisková mluvčí pojišťovny Elenka Mazurová.

Během letošní kampaně ČPZP spolupracovala se 46 lékaři, kteří působili v mobilních ordinacích ve speciálních stanech s potřebným vybavením i soukromím pro vyšetření. Pacienty, u nichž měli podezření na výskyt kožního nádoru nebo jiného závažného zdravotního problému, posílali k dalšímu odbornému vyšetření.

Akce s bohatým doprovodným programem probíhala pod odbornou garancí ordinace Zdravá kůže.com a pod záštitou primátorů, jejich náměstků či starostů jednotlivých měst.

VÝSLEDKY KAMPANĚ SPOLU PROTI MELANOMU 2022

Město a termín konání	Počet vyšetřených pacientů	Počet nálezů	%
Olomouc 11. 5.	504	29	5,8
Prostějov 17. 5.	403	20	5,0
Zlín 18. 5.	491	40	8,1
Kroměříž 19. 5.	328	13	4,0
Liberec 24. 5.	376	35	9,3
Kladno 25. 5.	343	29	8,5
Plzeň 26. 5.	338	21	6,2
Znojmo 30. 5.	399	19	4,8
Jihlava 31. 5.	427	21	4,9
České Budějovice 1. 6.	366	31	8,5
Tábor 2. 6.	502	29	5,8
Opava 6. 6.	538	38	7,1
Haviřov 7. 6.	545	38	7,0
Frydek-Místek 8. 6.	451	22	4,9
Ostrava 9. 6.	472	14	3,0
CELKEM	6 483	399	6,2



Nechte si svá znaménka zkontrolovat dermatologem alespoň jednou ročně.

Pokud jste pojištěni u ČPZP, můžete na toto preventivní vyšetření využít příspěvek ve výši 500 korun.

