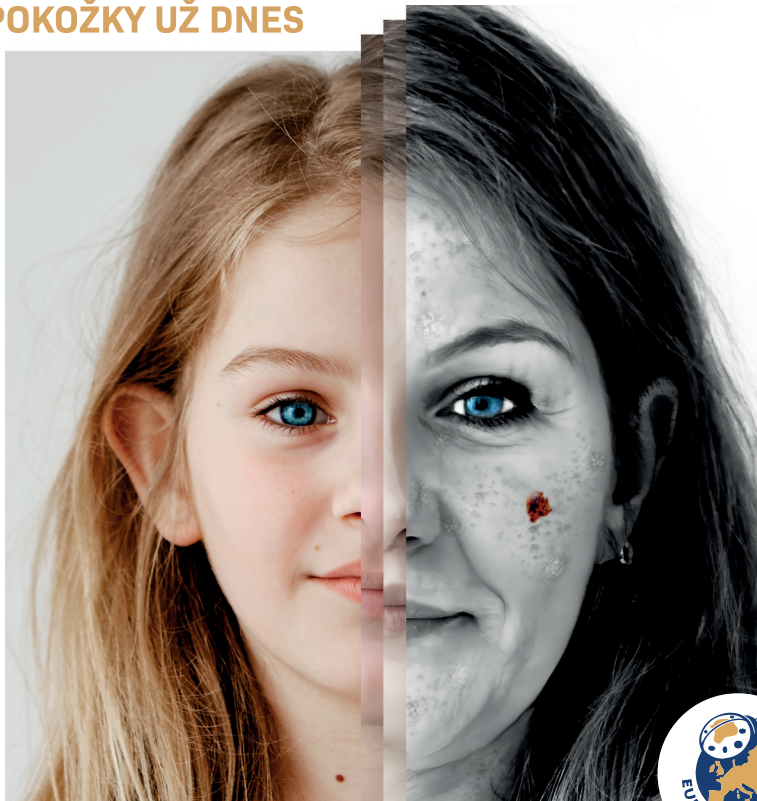


CHRÁŇTE BUDÚCNOSŤ VAŠICH DETÍ OCHRANOU ICH POKOŽKY UŽ DNES

PRESSKIT



Tlačová konferencia k európskemu dňu melánómu na Slovensku

29. apríl 2025 / Hotel Falkensteiner / Bratislava

Viac na euromelanoma.eu/sk-sk

Pod záštitou



Partneri



EAU THERMALE
Avène



Partner kampane



KAMPAŇ EUROMELANÓM REAGUJE NA OČAKÁVANÝ 40 % NÁRAST PRÍPADOV RAKOVINY KOŽE V NASLEDUJÚCEJ GENERÁCII

- V máji sa začne celoeurópska kampaň „Naše deti čelia hrozbe rakoviny kože“, ktorá reaguje na predpokladaný nárast počtu prípadov.
- Klinické údaje poukazujú na alarmujúci pokles návykov v oblasti ochrany pred slnkom.

29. apríla 2025 – Organizácia **Euromelanoma**, ktorá sa dlhodobo venuje osvete v oblasti rakoviny kože, spúšťa aj v tomto roku už 25. ročník celoeurópskej kampane. Reaguje tak na alarmujúce prognózy Medzinárodnej agentúry pre výskum rakoviny (IARC), podľa ktorých počet prípadov rakoviny kože v Európe do roku 2050 vzrastie takmer o 40 % – až na **680 000 nových diagnóz ročne**.

„Za 25 rokov existencie kampane Euromelanoma sme zaznamenali výrazný pokrok v liečbe rakoviny kože. Dnes je šanca na prežitie oveľa vyššia ako kedysi. Čo však neustále narastá, je počet nových prípadov,“ uviedla **profesorka Veronique del Marmol**, predsedníčka Euromelanoma.

Návyky ochrany pred slnkom sa zhoršujú

Klinické údaje získané od takmer **130 000 ľudí v 30 európskych krajinách** v rámci skrúningového programu Euromelanoma za posledných 20 rokov odhalili niekoľko znepokojujúcich trendov:

- Iba **48 % opýtaných** v posledných dvoch rokoch používalo opaľovací krém počas cieleného pobytu na slnku – čo predstavuje výrazný pokles oproti **82 %** pred desiatimi rokmi.
- Len **41 % respondentov** uviedlo, že používajú ochranný krém pri bežnom slnení (rekreačnom alebo pracovnom), pričom pred desiatimi rokmi to bolo **66 %**.
- Počet ľudí, ktorí priznávajú používanie solária, sa zvýšil z **8 %** na **12 %**.

Tieto zistenia poukazujú na akútnu potrebu spolupráce medzi lekármi, vládami, zdravotníckym sektorom, médiami a verejnosťou. Je nevyhnutná zásadná zmena v správaní aj v spoločenskom vnímaní opaľovania.

„Ak chceme ovplyvniť kultúru zajtrajška, musíme vzdelávať deti už dnes. Preto sme pripravili bezplatné vzdelávacie materiály pre základné a stredné školy, ktoré sú dostupné na webovej stránke Euromelanoma. A musíme začať konať hneď, pretože **už jedno spálenie sa na slnku v detstve zdvojnásobuje riziko vzniku rakoviny kože v dospelosti**,“ dodala profesorka del Marmol.

Heslo kampane 2025

CHRÁŇTE BUDÚCNOSŤ SVOJICH DETÍ TÝM, ŽE UŽ DNES OCHRÁNITE ICH POKOŽKU

Tohtoročná kampaň s názvom „**Protect your children's future by protecting their skin today**“ má tri hlavné zložky:

- 1 Verejná informačná kampaň** – zahŕňa tlačené a digitálne plagáty, aktivity na sociálnych sieťach, informačné letáky, videá a edukačné materiály.
- 2 Špeciálna príloha o rakovine kože** v odbornom časopise Journal of the European Academy of Dermatology and Venereology (JEADV).
- 3 Podujatie v Európskom parlamente**, ktoré sa uskutoční na jeseň – dermatológovia z Euromelanoma predstavia politické odporúčania pre efektívnejší boj proti rakovine kože.
- 4** Viac informácií, materiály kampane a praktické tipy, ako si chrániť pokožku alebo ako rozpoznať varovné príznaky rakoviny kože, nájdete na stránke:
www.euromelanoma.eu



Prečo je to dôležité: FAKTY O RAKOVINE KOŽE



Rakovina kože je **najčastejším typom rakoviny v Európe**.



Melanóm, najnebezpečnejšia forma rakoviny kože, spôsobí každoročne viac ako **7 000 úmrtí** v Európe.



Až 90 % prípadov rakoviny kože je možné predísť správnou ochranou pred slnkom.



Včasné odhalenie melanómu zvyšuje pravdepodobnosť prežitia na viac ako **95 %**.

O EUROMELANOME

Euromelanoma je popredná európska iniciatíva zameraná na prevenciu, včasnú diagnostiku a liečbu rakoviny kože. Vede ju sieť dermatológov z 33 krajín, ktorí sa dobrovoľne venujú osвете verejnosti, spolupráci s odborníkmi a aktívne komunikujú s tvorcami politik. Hlavné aktivity zahŕňajú každoročný **„Deň skrínngu Euromelanoma“**, odbornú výmenu skúseností a podporu zavádzania systémových opatrení v zdravotníctve. Euromelanoma je registrovaná charitatívna organizácia.

Web: www.euromelanoma.eu

—

Zdroje:

1 – Global Cancer Observatory, Medzinárodná agentúra pre výskum rakoviny (IARC), WHO – „Cancer Tomorrow“

2 – Klinická databáza Euromelanoma

3 – Skin Cancer Foundation, revidované Dr. A.

SLOVENSKO ČELÍ ALARMUJÚCEMU NÁRASTU PRÍPADOV RAKOVINY KOŽE: POTREBA VČASNEJ DIAGNOSTIKY A ÚČINNEJ PREVENČIE

Bratislava, 29. apríla 2025 – Rakovina kože sa na Slovensku stáva čoraz väčším problémom verejného zdravia. Za posledné štyri roky pribudlo viac ako 29 000 nových prípadov nemelanómovej a melanómovej rakoviny kože. V roku 2022 bolo diagnostikovaných 1039 nových prípadov malígneho melanómu, pričom ich počet medziročne stúpa približne o 5 %.

Slovensko sa v rebríčku úmrtnosti na melanóm za rok 2020 umiestnilo na 4. mieste na svete, s úmrtnosťou 5,3 prípadov na 100 000 obyvateľov. Tento trend poukazuje na potrebu zintenzívniť preventívne opatrenia a včasnú diagnostiku.

DEMOGRAFICKÉ A REGIONÁLNE ROZDIELY

Najviac postihnutou skupinou sú **osoby nad 60 rokov**, pričom ženy sú postihnuté častejšie ako muži. Regionálne rozdiely ukazujú, že najvyšší výskyt rakoviny kože je v **Prešovskom a Trnavskom kraji**, zatiaľ čo **Nitriansky kraj** vykazuje najnižší počet prípadov.

VÝZNAM PREVENČIE A VČASNEJ DIAGNOSTIKY

Rakovina kože je **najčastejším zhubným nádorom** na Slovensku. Včasná diagnostika a pravidelné kontroly znamienok sú kľúčové pre úspešnú liečbu. Odporúča sa minimálne **raz ročne** podstúpiť dermatologické vyšetrenie, najmä pre osoby s rizikovými faktormi, ako sú svetlá pleť, časté spálenie na slnku alebo rodinná anamnéza.

MODERNÉ PRÍSTUPY V LIEČBE

V súčasnosti sú k dispozícii pokročilé liečebné metódy, ako sú **imunoterapia a cielená liečba**, ktoré prinášajú nové nádeje pacientom s pokročilým melanómom. Tieto metódy zlepšujú prognózu a kvalitu života pacientov.

ZÁVER

Rakovina kože predstavuje vážny zdravotný problém na Slovensku. Je nevyhnutné pokračovať v osвете, podporovať pravidelné dermatologické prehliadky a implementovať efektívne preventívne opatrenia na zníženie výskytu tohto ochorenia.

DETSKÁ POKOŽKA A SLNKO: PREČO JE OCHRANA KLÚČOVÁ UŽ OD ÚTLEHO VEKU

Deti sú najzraniteľnejšie voči poškodeniu kože slnečným žiarením. Ich pokožka je **tenšia, jemnejšia a menej vybavená prirodzenými obrannými mechanizmami**, ktoré sa vekom postupne vyvíjajú. Aj jedno silné spálenie počas detstva môže mať dlhodobé následky.

FAKTY, KTORÉ BY MAL POZNAŤ KAŽDÝ RODIČ

- **80 % slnečnej expozície** človek dostane počas detstva a dospelovania.
- **Jedno vážne spálenie v detstve zdvojnásobuje riziko vzniku melanómu** v dospelosti.
- Detská pokožka má **nižší obsah melanínu**, preto sa rýchlejšie poškodzuje UV žiarením.
- **Deti do 1 roka by vôbec nemali byť vystavené priamemu slnku.**

AKO CHRÁNIŤ DETSKÚ POKOŽKU PRED SLNEČNÝM ŽIARENÍM

- 1** Obmedzte pobyt na priamom slnku medzi **10:00 a 16:00**, kedy je UV žiarenie najsilnejšie.
- 2** Používajte **opaľovací krém s ochranným faktorom minimálne SPF 50+**, špeciálne určený pre deti.
- 3** **Krém aplikujte 20 – 30 minút pred pobytom vonku** a opakujte každé 2 hodiny alebo po kúpaní.
- 4** Deti by mali nosiť **ochranné oblečenie**, klobúk so širokým okrajom a **slnečné okuliare s UV filtrom**.
- 5** **Využívajte tieň**, slnečníky, striedšky, stromy a pod.

VÝCHOVA K SLNEČNEJ HYGIENE OD ÚTLEHO VEKU

Budovanie **zdravých návykov ochrany pred slnkom** by sa malo začať už v predškolskom veku. Rodičia, učitelia a opatrovatelia by mali deti pravidelne učiť:

- ?** **Prečo je slnko dobrý sluha, ale zlý pán**
- ?** **Ako správne aplikovať opaľovací krém**
- ?** **Ako rozpoznať zmeny na koži** – hravými spôsobmi formou hier, omaľovánok či edukačných videí

ODPORÚČANIE ODBORNÍKOV

„Ochrana detskej pokožky pred slnkom nie je otázka estetiky, ale dlhodobej prevencie. Rakovina kože v dospelosti má často korene v nadmernej expozícii slnku v detstve,“ hovorí **Doc. MUDr. Dušan Buchvald, PhD.**, prednosta Detskej dermatovenerologickej kliniky LFUK.

CHRÁŇTE POKOŽKU SVOJHO DIEŤAŤA – UŽ DNES ROZHODUJETE O JEHO BUDÚCNOSTI



Detská pokožka je zraniteľná – Pokožka detí je **oveľa tenšia** ako pokožka dospelých a obsahuje **menej melanínu** – prírodného pigmentu, ktorý chráni pred slnečným UV žiarením. Preto sa spáli oveľa rýchlejšie.



Až 80 % celkového UV žiarenia prijme človek počas detstva a dospievania



Jedno spálenie na slnku v detstve môže zdvojnásobiť riziko melanómu v dospelosti

5 KROKOV NA BEZPEČNÝ POBYT VONKU

1

Vyhýbajte sa slnku medzi 10:00 – 16:00 – UV index je vtedy najvyšší. Vyberajte radšej dopoludnie alebo po večer.

2

Používajte detské opaľovacie krémy SPF 50+ – ideálne minerálne, bez parfumácie. Natierajte 20 minút pred pobytom vonku. Obnovujte každé 2 hodiny a po kúpaní.

3

Nezabúdajte na fyzickú ochranu – ľahké dlhé rukávy, klobúk so širokým okrajom, slnečné okuliare s UV filtrom, hra v tieni.

4

Deti do 1 roka by nemali byť vystavené priamemu slnku vôbec – kočík vždy zakrývajte clonkou, nepoužívajte krém ako náhradu tieňa!

5

Učte deti slnečnej hygieny – pomocou hier, rozprávok alebo omaľovánok si deti ľahko osvoja základné návyky (natierať sa, nosiť čiapku, vyhýbať sa poludňajšiemu slnku).

PREČO JE DÔLEŽITÉ SLEDOVAŤ DETSKÚ POKOŽKU?



Všímajte si **znamienka, nové výrastky alebo zmeny farby a tvaru.**



Naučte dieťa, aby vám **samo ukázalo, čo si na koži všimlo.**



Dermatologické kontroly raz ročne odporúčame aj u detí, najmä ak majú svetlý fototyp alebo rodinnú anamnézu rakoviny kože.

SLOVÁ ODBORNÍKA

„Rodičia často netušia, že pokožka si pamätá každé spálenie. Prevencia u detí je najúčinnnejší spôsob, ako znížiť riziko melanómu v dospelosti,“

MUDr. Zuzana Murárová, PhD.

Onkodermatologička NOÚ

**OCHRÁŇTE POKOŽKU
SVOJHO DIEŤAŤA DNES –
A CHRÁNITE JEHO ZDRAVIE
NA CELÝ ŽIVOT**

