

Czerniak – co musisz o nim wiedzieć?

Kategoria: Polityka Zdrowotna

Opublikowano: wtorek, 22, lipiec 2025 13:28

Katarzyna Sekuła

Odśłony: 561

Czerniak to jeden z najbardziej agresywnych nowotworów skóry, rozwijający się z melanocytów – komórek barwnikowych i wykazujący dużą zdolność do tworzenia przerzutów. W Polsce co roku choroba ta odbiera życie blisko 1 400 osobom. Tymczasem wczesne wykrycie zmian daje ponad 95 % szans na całkowite wyleczenie.

Grupy ryzyka i czynniki sprzyjające

Na podwyższone ryzyko zachorowania narażone są osoby o jasnej karnacji, rudych lub blond włosach, niebieskich oczach, licznymi znamionami barwnikowymi lub tendencją do powstawania oparzeń słonecznych, zwłaszcza w dzieciństwie. Rola może też mieć rodzinna historia choroby oraz korzystanie z solarium.

Samoocena znamion metodą ABCDE

NFZ rekomenduje stosowanie metody ABCDE podczas samokontroli znamion skóry raz w miesiącu:

- A – Asymmetry (niesymetryczne zmiany),
- B – Borders (nierówne brzegi),
- C – Color (kilka barw w jednej zmianie),
- D – Diameter (> 6 mm),
- E – Evolution (zmiana rozmiaru, koloru, pojawienie się krwawienia lub świądu).

W razie zauważenia niepokojących objawów należy jak najszybciej skonsultować się z lekarzem POZ, który może skierować pacjenta do dermatologa lub chirurga-onkologa.

Program lekowy NFZ – B.59 i B.163.FM

Od stycznia 2021 r. pacjenci z zaawansowanym lub przerzutowym czerniakiem mogą korzystać z refundowanego programu lekowego B.59. Uwzględnia on nowoczesne terapie z zakresu immunoterapii i leczenia ukierunkowanego molekularnie, z uwzględnieniem mutacji w genie BRAF. Kwalifikacja do leczenia przysługuje dorosłym i nastolatkom od 12. roku życia. NFZ refunduje leki o dużej innowacyjności, a od 1 lipca 2024 r. objęty został także program B.163.FM dla chorych z rakiem błony naczyniowej oka. W okresie styczeń–maj 2025 z programu B.59 skorzystało już ok. 3 300 pacjentów, a wartość refundacji przekroczyła 190 mln zł.

Profilaktyka – klucz do zachowania zdrowia

Aby skutecznie chronić się przed czerniakiem, NFZ zaleca unikanie intensywnego nasłonecznienia w godzinach 11:00–16:00, regularne stosowanie kremów z wysokim filtrem UV, noszenie ochronnych okularów i nakryć głowy oraz rezygnację z korzystania z solarium. Dermoskopowe badanie znamion jest szybkie (10–15 minut), bezbolesne i pozwala na ocenę zmiany z kilkunastokrotnym powiększeniem – zalecane przynajmniej raz w roku dla osób w grupach ryzyka.

Działania edukacyjne NFZ

Narodowy Fundusz Zdrowia wzmacnia świadomość wśród pacjentów poprzez Poradnik Pacjenta, a także kampanie profilaktyczne i infolinię dostępną całą dobę pod numerem 800 190 590. Dostępne są tam informacje jak wykonywać samokontrolę znamion, z jakich badań profilaktycznych warto skorzystać

Czerniak – co musisz o nim wiedzieć?

Kategoria: Polityka Zdrowotna

Opublikowano: wtorek, 22, lipiec 2025 13:28

Katarzyna Sekuła

Odsłony: 561

oraz gdzie otrzymać pomoc dermatologiczną.

NFZ przypomina także, że podstawą skutecznej walki z czerniakiem są edukacja i profilaktyka. Badanie znamion raz w miesiącu, unikanie nadmiernej ekspozycji na słońce i ochrona skóry to najprostsze i najskuteczniejsze kroki, które może podjąć każdy. Wczesna reakcja i szybka diagnostyka znacząco zwiększają szanse na pełne wyleczenie.

Więcej informacji na

stronie: <https://www.nfz.gov.pl/aktualnosci/aktualnosci-centrali/czerniak-co-musisz-o-nim-wiedziec,8643.html>

Źródło: NFZ