



# Nové „veci“ na koži

Aj vy ste po lete spozorovali, že vám pribudli pehy, biele aj pigmentové škvrny, červené bodky alebo znamienka? Zbystrite pozornosť.

**A**j keď lekári upozorňujú, aby sme v lete pri oddychu používali aj zdravý rozum, pláže sú celý deň plné ľudí a dokonca aj malých detí. Potom sa pýšime pekným opálením, ale obzreli ste si svoju pokožku zblízka? Chirurgička MUDr. Veronika Kokavcová má pre vás manuál, podľa ktorého budete vedieť, čo ktorý útvar na vašej pokožke môže znamenať a ako sa ich šetrne zbavíte.

## Červené bodky

Červené znamienka neexistujú. Ide o hemangiómček, teda rozšírenie cievnych kapilárok, ktoré imitujú kožný útvar.



■ Ak ide o ojedinelý útvar, vieme ho odstrániť laserom, niektoré formy sú vhodné k chirurgickému odstráneniu.

## Malé, ale zavadzia

Ide o jemné výrastky, ktoré sú najčastejšie fibrómy. Je to nezhubný, neškodný nádor, ktorý je nad úrovňou kože a spája sa s ňou stopkou, môžu z nich vyrastať aj chĺpky. Vznikajú v miestach mechanicky trených a dráždených, napríklad v podpazuši, krku, pod prsami.

■ Odporúčam odstrániť laserom.

## Biele fliačky

Ak po lete objavíte na koži biele flaky, teda depigmentácie, je potrebné vyhľadať kožného lekára. Majú rôzne príčiny – imunologickú, traumatologickú, infekčnú – kvassinkovú, hormonálnu, napríklad pri poruchách štítnej žľazy. V malom percente prí-



MUDr. Veronika Kokavcová

padov môže ísť aj o prvé prejavy vitiliga, ktoré útočí najčastejšie medzi dvadsiatym a tridsiatym rokom života. Ide o autoimunitnú poruchu, ktorá sa prejavuje kumuláciou špeciálneho podtypu bielych krviniek na rozhraní pigmentovanej a nepigmentovanej kože. Tieto bunky ničia v bunkách kože pigment a rozšírujú ložiská plošne.

■ Táto choroba je len veľmi ťažko liečiteľná. ■



## Peha, pigmentová škvra alebo materské znamienko?

**1** Pehy sú symetricky rozosiate ostro ohraničené žtohnedé až hnedé fliačky s veľkosťou niekoľkých milimetrov. Dispozícia na ich tvorbu je dedičná. Vyskytujú sa najmä u ľudí s bledou pokožkou, blond alebo rýšavými vlasmi. Začínajú sa objavovať už u dvojročných detí, ich počet postupne narastá počas dospeievania a v staršom veku opäť klesá.

■ Novoznukané aj zmenené znamienka si dajte skontrolovať kožným lekárom.

**2** Pigmentová škvra zvykle byť rozsiahlejšia, vzniká vekom a nadmerným slnením. Je to nadmerné hromadenie pigmentu v bunkách pokožky – pigment v bunke ostáva aj po lete, napriek tomu že okolitá pokožka vybledne. Vtedy treba zbystríť pozornosť a škvry riešiť dostupnými metódami, inak naša koža začne mať vzhľad takzvanej stareckej kože.

**3** Materské znamienko nie je len ako z názvu vyplýva vrodené, môže byť aj získané – vznikajú najčastejšie medzi druhým až tridsiatym rokom života. Pigmentový névus je estetickou záležitosťou, až kým sa nezačne zväčšovať, meniť svoj tvar, povrch a farbu. Vtedy je potrebné dermatoskopické vyšetrenie a chirurgické odstránenie. Výsledok histológie potvrdi, či nejde o predzvesť malígho melanómu alebo melanóm samotný, keď je potrebný opäťovný chirurgický zákrok a následne onkologická liečba.

NMH212403/07

MARTINA KORBAŠOVÁ, FOTO PROFIMEDIA.SK, ENVY, ARCHIV

IBA TERAZ  
dostanete za cenu  
10 čísel  
**12**



→ ZĽAVA DO KÚPEĽOV PRE KAŽDÉHO ←  
PODČIARKNUTÉ ODBORNÍKMI Október 2018

# Zdravie

100% ORIGINÁL  
OD ROKU 1945

SÚ NA HLAVU  
Probiotiká  
ovplyvňujú  
mozog

6 ŤAHOV  
NA PEVNÝ  
ZADOK

D. K. OBLÍČKY  
Nevyjedzte si  
kamene

LEPŠIA AKO  
CESNAK  
Bylinky  
proti zápalu

SRDCE  
VARUJE  
skôr, ako  
zlyhá

Hlavná téma  
**LIEČITEĽNÁ  
RAKOVINA**

VERNÝ  
KASEL  
Zdravite  
saho

SLANÉ  
KOLÁČE  
posilňia  
imunitu

Dara Rolins:  
OBČAS MA BOLÍ  
CELÁ DARA

KED TUHNE,  
TAK TRPÍTE  
Zachráňte  
chrabat

SPÁNOK  
OSPEŠNÝCH  
Zlady?

www.izdravie.sk/predplatne  
predplatne@newsandmedia.sk  
alebo pošlite SMS na číslo 8877 v tvare  
ZDR (medzera) priezvisko, meno, ulica,  
číslo domu, mesto, PSČ

## AJ ZDRAVIE SA DÁ PREDPLATIŤ

Ak si v čase od 17. 9. do 14. 10. 2018 predplatíte na rok mesačník Zdravie, dostanete 2 ČÍSLA ZADARMO!

Ročné predplatné si môžete objednať na [www.izdravie.sk/predplatne](http://www.izdravie.sk/predplatne) alebo pošlite mail na [predplatne@newsandmedia.sk](mailto:predplatne@newsandmedia.sk) alebo pošlite SMS na číslo 8877 v tvare ZDR (medzera) priezvisko, meno, ulica, číslo domu, mesto, PSČ

**Zdravie**  
PODČIARKNUTÉ ODBORNÍKMI