

Warszawa, 6 lipca 2020

Czy Polacy korzystają ze słońca odpowiedzialnie - wyniki badań opinii na temat świadomości czerniaka

Tydzień Świadomości Czerniaka (29 czerwca – 5 lipca 2020)

W Polsce rocznie w kierunku czerniaka diagnozowanych jest blisko 4000¹ pacjentów. Czerniak, mimo że występuje stosunkowo rzadko i stanowi tylko 4% wszystkich przypadków nowotworów skóry, charakteryzuje się bardzo agresywnym przebiegiem.² Skutecznie chroni przed nim odpowiednia profilaktyka, unikanie nadmiernej ekspozycji na słońce, obserwacja skóry i kontrola znamion. Jaka jest wiedza Polaków na temat czerniaka – czy potrafią się przed nim skutecznie ochronić? Odpowiedź znajdziemy w najnowszych badaniach świadomości na temat czerniaka przeprowadzonych w maju br. na reprezentowanej próbie mieszkańców naszego kraju na zlecenie Novartis Oncology.³



 NOVARTIS

Słyszeliśmy o czerniaku, ale nie do końca znamy jego groźne oblicze

Poziom wiedzy ankietowanych na temat czerniaka jest deklaratorywnie wysoki. Niemal wszystkie badane osoby (96%) deklarują znajomość czerniaka, zaś prawie 73% wskazało, że wiedzą, czym jest. „To naprawdę bardzo dobry wynik, jednak ponad 1/5 ankietowanych twierdzi, że jest on łagodną postacią raka. Tak oczywiście nie jest. Nie możemy zapominać o tym, że mamy blisko 4000 nowych zachorowań na czerniaka w Polsce rocznie, a około 1000 osób umiera. To bardzo wysoka liczba, która pokazuje, jak bardzo trudnym i agresywnym przeciwnikiem jest ten nowotwór – komentuje prof. dr hab. n. med. Piotr Rutkowski, ekspert Akademii Czerniaka, kierownik Kliniki Nowotworów Tkanek Miękkich, Kości i Czerniaków Narodowego Instytutu Onkologii im. Marii Skłodowskiej-Curie–Państwowego Instytutu Badawczego w Warszawie.

1 1 Rutkowski P., Wysocki P.J., et al., Cutaneous melanomas, *Oncol Clin Pract* 2019; 15. DOI: 10.5603/OCP.2018.0055., s. 2

2 Miller, A. J., & Mihm, M. C. (2006). Melanoma. *New England Journal of Medicine*, 355(1), 51–65. doi:10.1056/nejmra052166

3 Badanie na zlecenie Novartis Oncology zrealizowane przez ARC Rynek i Opinia, maj 2020



Prawie 90% badanych opala się w godzinach 11-16, czyli wtedy, gdy słońca powinniśmy unikać
„Warto cały czas pielęgnować zachowania, które zmniejszają ryzyko zachorowania na czerniaka, takie jak: unikanie opalania się w czasie, gdy słońce operuje najsilniej, nakładanie odzieży ochronnej (t-shirt, spodnie, okulary przeciwsłoneczne, kapelusz), właściwa aplikacja kremów z filtrem. Badania pokazują, że pomimo tego, że w teorii wiemy, że słońce szkodzi, w praktyce nie przekuwamy tej wiedzy na konkretne zachowania” – komentuje prof. dr hab. n. med. Piotr Rutkowski. Mimo znajomości czynników ryzyka, nie obawiamy się korzystać ze słońca w godzinach największego narażenia na szkodliwe działanie promieni słonecznych. Aż 87% respondentów opala się między godziną 11 a 16, czyli wtedy, kiedy zdecydowanie powinniśmy unikać długotrwałej ekspozycji na promieniowanie słoneczne. Wyniki wskazują też, że nie używamy kremów z filtrem zgodnie z zaleceniami, czyli nie tylko przed wyjściem z domu na słońce, ale także choćby po spoceniu się czy kąpielii wodnej. Tylko 38% respondentów wskazało, że używa kremów z filtrem spędzając czas na balkonie bądź tarasie, a jeszcze mniej osób robi to w trakcie przemieszczania się w drodze do pracy lub szkoły (33%). Rzadko też zasłaniamy odkryte części ciała podczas ekspozycji na słońce (tylko 13% respondentów robi to w czasie pobytu na plaży, a 14% na tarasie czy balkonie).

Samokontrola skóry – ponad połowa ankietowanych ani razu nie skonsultowała podejrzenie wyglądających znamion z lekarzem

W cytowanym raporcie zbadano także podejście ankietowanych do samokontroli znamion. Tylko połowa respondentów poczułoby zaniepokojenie i skorzystało z porady lekarskiej w przypadku znamienia, którego kształt jest niesymetryczny (50%), nieznacznie więcej w przypadku znamienia, które nie jest jednobarwne (55%) czy takiego, które ma średnicę 6 mm bądź więcej (56% ankietowanych). „Apeluję o większą czujność i obserwację znamion – szczególnie przez najmłodszych badanych (18-24 lata), którzy są najmniej wyczuleni na różne typy zmian skórnych. Pamiętajmy o tym, że czerniak wykryty na wczesnym etapie jest w większości przypadków wyleczalny. Pocięszające jest za to, że coraz więcej kontroli skóry, które mają miejsce, wykonywanych jest przy użyciu dermatoskopu, co zdecydowanie zwiększa szanse pacjenta na prawidłową i szybką diagnozę” – zwraca uwagę ekspert.

Młody wiek dziś już nie chroni przed czerniakiem

„Kiedyś na czerniaka chorowały głównie osoby w wieku podeszłym. Dziś to się zmienia. Liczba zachorowań podwoiła się w ciągu ostatnich 8 lat, a ten nowotwór atakuje coraz młodsze osoby. Tym bardziej niepokojące jest, że w przeprowadzonym badaniu młodszy respondenci w wieku 18-24 wykazują się mniejszą wiedzą na temat czerniaka i ogólnie mniejszymi obawami w stosunku do zmian skórnych, względem ogółu odpowiedzi. Te wyniki wskazują nam kolejny bardzo ważny kierunek działań: edukację młodych ludzi. Jeśli dziś nauczą się oni dbać o swoją skórę i będą wiedzieli, że opalenizna to tak naprawdę uszkodzenie skóry, w przyszłości mogą zmniejszyć statystykę zachorowań – komentuje prof. dr hab. n. med. Piotr Rutkowski.

Więcej wyników i komentarzy eksperckich w załączonym raporcie „Badanie świadomości czerniaka – maj 2020”.

NOVARTIS KONTRA

CZERNIAK

Od wielu lat Novartis wspiera zwiększanie świadomości na temat czerniaka, upowszechnienie skutecznych metod profilaktyki jak również działania zapewniające pacjentom jak najlepszą opiekę w każdym stadium choroby. Jako partner Akademii Czerniaka, sekcji naukowej Polskiego Towarzystwa Chirurgii Onkologicznej, firma Novartis współrealizowała w 2019 roku akcję informacyjną skierowaną do chorych na czerniaki pt. „Pacjent kontra czerniak”. Niniejszy materiał prasowy został opracowany



W TROSCE
O PACJENTA



przez Biuro Prasowe Novartis i został skonsultowany z Akademią Czerniaka. Więcej informacji o czerniaku na: www.AkademiaCzerniaka.pl.

Kontakt dla mediów

Barbara Wyszynska

24/7Communication

barbara.wyszynska@247.com.pl

533 381 182

Katarzyna Raczyńska

Novartis

katarzyna.raczynska@novartis.com

663 874 106