

Každý člověk má na těle různý počet hnědých znamének. Mohou se zjistit už při narození, ale naprostá většina vzniká v pozdějším dětském a mladistvém věku. Příčin, které ovlivňují vznik znamének, je řada. Velice významný je sklon k jejich tvoření, který je rodový.

Hnědá znaménka jsou většinou jen kosmetickou vadou, a to zvláště ta, která jsou vystouplá. V nich zhoubný kožní nádor - melanom - vzniká vzácně. Může se ale vytvořit ze znamének, která jsou v úrovni kůže. Protože vznik nádoru je velice pozvolný a trvá obvykle několik měsíců či let, má každý možnost se před ním ochránit.

Co byste proto měli dělat? Stačí, když si znaménka důkladně prohlédnete alespoň jednou za půl roku. Tam, kam si nevidíte, např. na záda nebo do kštiny, ať se podívají rodiče, manžel, manželka, děti a to pokud je to možné, vždy jedna a táž osoba. Věnujte pozornost i mezprstí na nohou, dlaním, ploskám, genitálu. Hnědá znaménka mohou být kdekoli na kůži a někdy také na sliznicích.

Všímejte si především středně až syté tmavohnědých hladkých skvrn, které nejsou vyvýšené, a proto se nedají nahmatat. Jsou-li pod nehtem, pak jím tmavě prosvítají. Hnědé skvrny jsou většinou několik milimetrů velké, ale mohou být samozřejmě velké až několik centimetrů.

Jakmile zjistíte na jakémkoli znaménku, že

- **mění barvu – tmavne nebo vybledává**
- **mění velikost – zvětšuje se do plochy a roste do výšky**
- **povrch se začíná vyhlazovat a lesknout**

navštivte ihned kožního lékaře. Ten rozhodne o dalším postupu. K vyšetření se dostavte i tehdy, zjistíte-li třeba jen jedinou z uvedených změn.

Nepodceňujte toto sebepozorování, zachraňuje život.

Vypracoval/a: Jana Altmanová

Schválil/a: prof. MUDr. Karel Pizinger, CSc.

Dne: 13.3.2013

Platnost do: neomezeně