

Skupna izjava Onkološkega inštituta Ljubljana in Nacionalnega društva bolnikov z melanomom

Kožni melanom – boljši izidi zdravljenja ob zgodnjem odkrivanju

Ljubljana, 14. maja 2026 – Ob evropskem dnevu boja proti kožnemu melanomu, ki ga obeležujemo 14. maja, Onkološki inštitut Ljubljana in Nacionalno društvo bolnikov z melanomom opozarjata na pomen zgodnjega odkrivanja in preventive pri obvladovanju te bolezni.

Kožni melanom je eden najpogostejših rakov. Najpomembnejši dejavnik tveganja ostaja prekomerna in ponavljajoča izpostavljenost soncu oziroma ultravijoličnemu (UV) sevanju. Z ustrezno in dosledno zaščito ter rednim pregledovanjem kože lahko pomembno zmanjšamo tveganje za njegov nastanek, ob zgodnjem odkrivanju bolezni pa izboljšamo izide zdravljenja.

V Sloveniji je kožni melanom po pogostosti na šestem mestu med vsemi raki in predstavlja 5,5 % vseh rakov. V obdobju 2020-2024 je za kožnim melanomom v povprečju letno zbolelo 814 oseb. Gre za enega izmed rakov, pri katerih incidenca v zadnjih desetletjih najbolj strmo narašča. V Sloveniji se je v zadnjih desetih letih groba incidenčna stopnja povečala za 6,2 % na leto, starostno standardizirana incidenčna stopnja pa za 5,2 % na leto. Danes med nami živi več kot 10.000 oseb, ki jim je bil kožni melanom diagnosticiran kadarkoli v preteklosti.

Preživetje in pomen zgodnjega odkrivanja

»V zadnjih dveh desetletjih se je preživetje bolnikov s kožnim melanomom pomembno izboljšalo, kar je rezultat napredka v sodobnih pristopih zdravljenja, boljše dostopnosti do diagnostike in zdravljenja, zgodnejšega odkrivanja bolezni ter večje ozaveščenosti prebivalstva o pomenu ustrezne zaščite pred soncem,« je poudarila **prof. dr. Janja Ocvirk, dr. med., strokovna direktorica Onkološkega inštituta Ljubljana**. Kožni melanom sicer sodi med rake z dobrim preživetjem, čisto petletno preživetje bolnikov s kožnim melanomom zbolelih v obdobju 2019–2023 je znašalo 92 %.

»Na Onkološkem inštitutu Ljubljana zagotavljamo multidisciplinarno obravnavo ter dostop do sodobnih metod systemskega zdravljenja pri napredovali bolezni. Kljub napredku zdravljenja pa ostajata ključna ukrepa za obvladovanje bolezni zgodnje odkrivanje in preventiva,« je še izpostavila prof. dr. Janja Ocvirk.

Zmanjševanje tveganja za razvoj kožnega melanoma

Z ustreznimi preventivnimi ukrepi lahko učinkovito zmanjšamo tveganje za razvoj kožnega melanoma, kar poudarja tudi Evropski kodeks proti raku. Ključni ukrepi so:

- **izogibanje soncu**, zlasti v času najmočnejšega UV-sevanja. Pomembno je, da se izogibamo nenadnim in intenzivnim izpostavitvam, ki pogosto vodijo do sončnih opeklin, saj te povečujejo tveganje za razvoj melanoma;



- **dosledna zaščita kože**, predvsem z oblačili, ki so namenjena UV zaščiti ali gosto tkana, pokrivali s širokimi robovi in sončnimi očali. Na nezaščitene dele kože je potrebno nanesti zaščitna sredstva z visokim zaščitnim faktorjem (SPF 30 ali več) dovolj zgodaj, v zadostni količini in nanos večkrat dnevno ponoviti; pomembno je tudi spremljanje UV-indeksa;
- **neuporaba solarijev.**

Porjavlost kože ne predstavlja zdravja, temveč poškodbe kože zaradi UV-sevanja.

Spremembe na koži, ki zahtevajo pozornost

Pomemben del preventive je tudi redno opazovanje sprememb na koži, zlasti sprememb velikosti, oblike ali barve obstoječih znamenj ali pojav novih znamenj, ki izstopajo od ostalih.

Kožni melanom se najpogosteje pojavi na predhodno nespremenjeni koži in se kaže kot znamenje z nepravilnim robom, neenakomerno obarvanostjo in površino, lahko ga spremlja povrhnja poškodba ali razjeda.

Pri oceni sumljivih sprememb se uporablja kriterij ABCDE za kožna znamenja, ki vključuje:

- **asimetrija (Asymmetry):** os znamenja po dolžini in os po širini se razlikujeta;
- **robovi (Borders):** nepravilen rob, nazobčan, z izrastki;
- **barva (Colour):** spreminjanje barve ali prisotnost več barv
- **premer (Diameter):** večji od 6 mm
- **evolucija (Evolution):** spreminjanje in rast nad nivo kože ali v širino.

Ob sumljivih spremembah je ključen čimprejšnji pregled in posvet z zdravnikom.

Pristopi k zdravljenju

»Zdravljenje kožnega melanoma je prilagojeno razširjenosti in značilnostim bolezni ter splošnemu zdravstvenemu stanju posameznika. Najpogosteje zdravljenje vključuje kirurško in sistemsko zdravljenje ter obsevanje. V sodobnem zdravljenju ima pomembno vlogo imunoterapija, ki krepi imunski odziv proti rakavim celicam, ter tarčno zdravljenje, ki deluje usmerjeno na specifične molekularne spremembe v tumorju. V določenih primerih se lahko uporabi tudi kemoterapija,« pojasnjuje **doc. dr. Barbara Perić z Oddelka za kirurško onkologijo na Onkološkem inštitutu Ljubljana.**

Pri izbiri najprimernejšega pristopa se upošteva predvsem debelina tumorja po Breslowu in stopnja razširjenosti bolezni.

Pomemben del obravnave je tudi spremljanje po zaključenem zdravljenju. Redni kontrolni pregledi, sprva pri onkologu in dermatologu, kasneje pa pri dermatologu, omogočajo zgodnje odkrivanje morebitnih ponovitev bolezni ali nastanka novih tumorjev.



Podpora bolnikom

Življenje z melanomom bolnikom in njihovim svojcem prinaša številne izzive - od diagnoze do zdravljenja in spremljanja bolezni. Nacionalno društvo bolnikov z melanomom (NDMB) ima pomembno vlogo pri podpori bolnikom in njihovim svojcem ter pri ozaveščanju javnosti o pomenu preventive in zgodnjega odkrivanja bolezni. Društvo bolnikom pomaga pri razumevanju bolezni, nudi psihosocialno podporo ter omogoča dostop do preverjenih informacij in izkušenj drugih bolnikov.

»Diagnoza melanoma pogosto predstavlja veliko osebno in psihološko stisko tako za bolnike, kot njihove svojce. Sproža številna vprašanja in negotovosti, zato je pomembno, da imajo bolniki dostop in podporo skupnosti s podobno izkušnjo. V društvu si prizadevamo, da bolniki v procesu zdravljenja niso sami in da jim pomagamo razumeti njihovo bolezen, jih vzpodbujamo, da aktivno sodelujejo pri odločitvah glede zdravljenja in, da živijo čim bolj kakovostno življenje,« je izpostavil **mag. Janez Sirše iz Nacionalnega društva za bolnike z melanomom.**

Onkološki inštitut Ljubljana in Nacionalno društvo bolnikov z melanomom poudarjata, da dosledna zaščita pred UV-sevanjem, izogibanje prekomerni izpostavljenosti soncu, dosledna zaščita kože in neuporaba solarijev pomembno prispevajo k zmanjševanju tveganja za nastanek kožnega melanoma. Zgodnje prepoznavanje sumljivih sprememb pa pomembno prispeva k zmanjševanju bremena kožnega melanoma, boljšim izidom zdravljenja in ohranjanju kakovostnega življenja.

Klinični register kožnega melanoma

Register raka Republike Slovenije, ki deluje na Onkološkem inštitutu Ljubljana, je maja 2026 izdal Poročilo Kliničnega registra kožnega melanoma za 2024. Poročilo je osmo poročilo pripravljeno iz podatkov slovenskega Kliničnega registra kožnega Melanoma (KrMel) in vključuje podatke za bolnike zbolele med leti 2020 in 2024.

Poročilo Kliničnega registra kožnega melanoma je v PDF obliki dostopno na spletnem mestu Onkološkega inštituta Ljubljana ([povezava](#)).

Dodatne informacije:

Pia Gorjanc, univ. dipl. kom.

Vodja Službe za komuniciranje

T: 01 58 79 625

M: 051 340 381

E: pgorjanc@onko-i.si