



## **AKTINIČNE KERATOZE**

### **Kaj je namen izročka?**

Namen izročka je razložiti nastanek bolezni, razložiti kako zdravnik postavi diagnozo, kako se bolezen zdravi in kako si lahko pomagata sami,

### **Kaj so aktinične keratoze?**

Gre za spremembe na koži, ki so posledica od sonca poškodovane kože. Kot že ime samo pove; actinicae v latinščini in steri grščini pomeni sončne, keratoses pa zadebeljene. Govorimo o tako imenovanih "sončnih zadebelitvah kože". Pojavljajo se na osončenih mestih, obrazu, uhljih, ustnicah, hrbtiščih rok, pri moških na pleši, srečamo jih tudi na golenih.

Sodijo med obligatorne prekanceroze, kar pomeni, da v primeru, ko jih ne zdravimo preidejo v kožni rak, tipa skvamoznočni karcinom (SCC).

(Glej Izroček Skvamoznočni karcinom.)

### **Kaj povzroča aktinične keratoze?**

Aktinične keratoze nastajajo zaradi izpostavljanja kože soncu. To ne pomeni samo namernega izpostavljanja v času dopustovanja na morju. Med izpostavljanje soncu štejemo tudi izpostavljanje pri delu na poljih, v gradbeništvu, pri hobijih npr. hribolazenje, srfanje, smučanje, tenis. Predvsem je tu pomembna kumulativna doza, kar pomeni 20 tudi 30 let izpostavljanja hote ali nehote soncu. Aktinične keratoze srečamo predvsem pri starejših ljudeh. Posebej občutljivi so svetlopolti, svetlolasi, svetlooki, predvsem tisti, ki jih sonce hitro opeče in redko na soncu porjavijo.

### **Se aktinične keratoze dedujejo?**

Niso dedne, je pa dedna nagnjenost k nastajanju aktiničnih keratoz, na račun svetle polti, barve las ter oči.

### **Kakšni so simptomi aktiničnih keratoz?**

Gre za povsem nemoteče spremembe, mnogi se jih niti ne zavedajo. Ponavadi je koža na teh mestih le nekoliko bolj suha in groba na dotik. V primeru, da se aktinična keratoza izboči, postane bolj "mesnata" na dotik, zakrvavi, gre lahko za prehod aktinične keratoze v skvamoznočni karcinom, v tem primeru je pregled pri dermatologu nujen.

### **Kako aktinične keratoze izgledajo?**

Aktinične keratoze so po obliki različnih vrst. Večinoma so aktinične keratoze spremembe v nivoju kože, na dotik nekoliko hrapave. Druge težko opazimo, na dotik pa dajejo občutek "brusilnega papirja". Nekatere so v premeru velike nekaj mm, druge dosežejo velikost tudi do 2 cm. Po barvi so rožnate, barve kože, ali rjavkaste. Nekatere so izbočene, bradavičaste, nekatere celo preidejo v kožni rožiček. Okoljna koža je lahko od sonca poškodovana, pegasta ali zgubana.

### **Kako postavimo diagnozo aktinične keratoze?**

Na podlagi kliničnega statusa, to je po izgledu. Ko je zdravnik v dvomih glede diagnoze, in morda sumi da gre za kožni rak, lahko opravi biopsijo, tako da odvzame majhen košček kože, vzorec se pogleda pod mikroskopom.

### **So aktinične keratoze ozdravljive?**

So, vendar lahko nastanejo nove. Zelo pomembna je preventiva in spremljanje takega pacienta.

### **Kako poteka zdravljenje aktiničnih keratoz?**

Pomembna je zaščita pred soncem, to je z zaščitnim faktorjem, pokrivalom s širokimi kraji ter oblačilom.

Nekatere manjše aktinične keratoze lahko spontano izzvenijo, večino pa je potrebno zdraviti, saj so to prekanceroze na koži.

### **Zdravimo s:**

**Krioterapijo**, ki je učinkovita metoda zdravljenja, večinoma ne pušča brazgotin. Večja področja ali če je sprememb več lahko zdravimo s **kremami**, ki vsebujejo **imiquimod**. Ta selektivno uničuje poškodovane celice, vendar v času zdravljenja na koži naredijo lahko hujše vnetje, zato je zelo pomembno upoštevati navodila za uporabo. Končni estetski učinek po zdravljenju je zelo dober, ne pušča brazgotin, koža je po zdravljenju videti povsem normalna.

**Fotodinamska terapija:** s fotosenzibilizacijsko kremo se namaže prizadeto mesto na koži, po nekaj urah se to mesto obseva z UV svetlobo. Zdravljenje je na voljo le v nekaterih bolnišnicah po Sloveniji.

### **Kaj lahko sami naredimo?**

Zaščita pred soncem je zelo pomembna, na ta način zmanjšamo število aktiničnih kerato ter preprečimo tvorbo novih.

Pomembno je zaščititi otroke, saj s tem zmanjšamo tveganje za prekanceroze in ko