## 

*Tlačová správa*

*Pezinok, 23.10.2023*

## **Ďalšie SUN SAFE pracovisko v Pezinku**

*Do osvetového projektu na prevenciu rakoviny kože u exteriérových pracovníkov SunSafe Pracovisko, ktorého iniciátormi sú spoločne OZ Pacientov s dermatologickými malignitami a Slovenská dermatovenerologická spoločnosť (SLS), sa zapája mesto Pezinok ako ďalší zamestnávateľ, ktorý získava certifikát SunSafe Pracoviska.*

Projekt vznikol ako reakcia na alarmujúce štatistiky, ktoré ukazujú, že až 15 miliónov Európanov trávi väčšinu svojho pracovného života v exteriéri a pri výkone zamestnania sú dlhodobo vystavení slnečnému UV žiareniu. Mnohí z nich nie sú dostatočne informovaní o rizikách spojených s nadmerným vystavením slnečnému žiareniu. Množstvo pracovníkov v stavebníctve, poľnohospodárstve, rekreačnom priemysle alebo v službách strávi na slnku až 75 % svojho pracovného času bez uvedomovania si rizika vzniku rakoviny kože. Tá pritom v súčasnosti patrí k najfrekventovanejším nádorovým ochoreniam. Pravdepodobnosť vzniku napríklad nemelanómovej rakoviny je až trikrát väčšia u ľudí, ktorí pracujú dlhodobo vystavení slnečnému žiareniu po dobu viac ako 5 rokov.

**Preventívny deň v Pezinku**

SunSafe deň v Pezinku prináša príležitosť ukázať, aký význam má prevencia a včasná diagnostika pri ochrane exteriérových pracovníkov pred nádorovými ochoreniami kože. *„Chceme poskytnúť podporu a odborné vedenie pri edukácii pracovníkov a zároveň prispieť k lepšiemu monitorovaniu ochorenia pojazdným skríningom, ktorý ponúka vyšetrenie kože priamo na pracovisku. Našou motiváciou je osveta a ochrana zdravia exteriérových pracovníkov a všetkých, ktorí sú vystavení slnečnému UV žiareniu v rámci svojho povolania,"* **Silvia Schmidtmayerová z OZ Pacientov s dermatologickými malignitami.**

Aktívnym partnerom projektu SunSafe sa stalo aj mesto Pezinok. „*Naším cieľom je motivovať nielen našich zamestnancov, ale aj všetkých občanov Pezinka k zdravšiemu spôsobu života a starostlivosti o svoje zdravie. Chceme ísť príkladom ostatným samosprávam a ukázať, že môžeme byť aktívnymi partnermi v projektoch, ktoré prispievajú k pohode a zdraviu našich občanov*,“ konštatuje **Roman Mács, primátor mesta Pezinok.** „*Preventívneho skríningu sa zúčastňujú mnohí zamestnanci mestského podniku služieb, mestskej polície, športovci či zamestnanci Pinelovej nemocnice, ktorí* *sú dôležitou súčasťou pezinskej komunity a svojou prácou prispievajú k chodu nášho mesta a my chceme byť ich oporou.“*

Projekt SunSafe ponúka zamestnávateľom možnosť získať Certifikát SunSafe pracoviska prostredníctvom edukácie a skríningu. Zamestnávatelia sa môžu zapojiť do projektu tým, že poskytnú informácie svojim zamestnancom formou školenia a zorganizujú bezplatné skríningy kože pre svojich pracovníkov. Týmto spôsobom môžu zodpovedné spoločnosti získať ocenenie, ktoré deklaruje ich záväzok k zdraviu svojich zamestnancov.

*„Opakovaná nadmerná expozícia ultrafialovému žiareniu (UV) a hlavne opakované spálenie kože zvyšuje riziko vzniku malígneho melanómu. Na druhej strane chronická (dlhodobá) expozícia UV žiareniu zvyšuje výskyt nemelanómovej rakoviny kože v čoraz mladších vekových kategóriách a ich výskyt celosvetovo stúpa. Najväčšie riziko kožných nádorov sa vyskytuje u osôb, ktorí trávia voľný čas vonku, pracujú v exteriéri, trávia veľa času slnením, navštevujú soláriá alebo sa v detstve spálili do pľuzgierov,“* konštatuje **Zuzana Zelenayová, dermatologička NOÚ.**

**Ako sa chrániť?[[1]](#footnote-1)**

Pracovníci v stavebníctve, poľnohospodárstve, cestovnom ruchu alebo v službách, vykonávajúci svoje povolanie v exteriéri, môžu znižovať riziko vzniku rakoviny kože dodržiavaním odporúčaní dermatovenerológov:

• používať **krémy** **s ochranným faktorom** **(SPF – sun protection factor) minimálne 30***.* Špeciálnu pozornosť je potrebné venovať tým častiam tela, ktoré sú viac vystavované slnku (uši, hlava, zátylok, pery, vrchná strana chodidiel a rúk). Odporúča sa na tieto miesta naniesť hrubú vrstvu ochranného krému 20 minút pred začiatkom práce. Čím svetlejší odtieň pokožky, tým vyšší ochranný UV faktor,

* vyvarovať sa priamemu slnku, pokiaľ je to možné, pracovné prestávky tráviť **v tieni,**
* nosiť **ľahký priedušný odev, ktorý pokryje väčšinu tela** a neprekáža pri práci,
* nezabúdať na **pokrývku hlavy,** ideálna je taká, ktorá chráni uši aj zátylok,
* nezabúdať na **oči -** **ochranné okuliare** patria k najpodceňovanejším ochranným prvkom, mali by mať účinný UV filter a bočnice,
* pravidelne si **kontrolovať pokožku, všímať si znamienka a zmeny** na koži,
* absolvovať pravidelné odborné dermatologické vyšetrenie kože.

**Zamestnávatelia, zapojte sa do projektu!**

Slovenská dermatovenerologická spoločnosť vyzýva všetkých zamestnávateľov, ktorých zamestnanci sú počas pracovnej doby vystavovaní slnečnému žiareniu, predovšetkým v stavebníctve, poľnohospodárstve, cestovnom ruchu a službách, ale aj ďalších, aby sa zapojili do projektu SunSafe pracovisko. Podporou projektu získa zamestnávateľ edukačné materiály, pokyny k zlepšeniu ochrany zamestnancov pri práci na slnku a po dohode aj možnosť zorganizovať skríning kože pre svojich zamestnancov.

[**www.sunsafe.sk**](http://www.sunsafe.sk)

[**www.rakovinakoze.org**](http://www.rakovinakoze.org)

Projekt je finančne podporený Národným onkologických inštitútom zo zdrojov MZ SR.

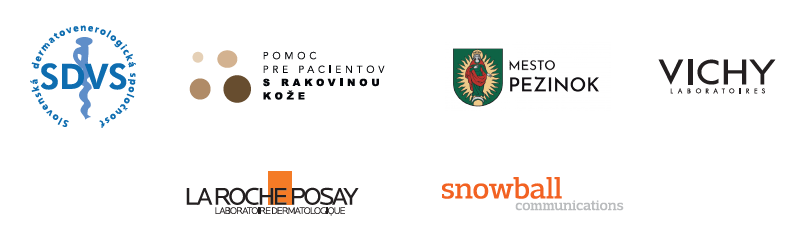
**Na stretnutí sa zúčastnili:**

**Mgr. Silvia Schmidtmayerová,** OZ Pacientov s dermatologickými malignitami

**MUDr. Zuzana Zelenayová,** dermatologička (Národný onkologický ústav)

**JUDr. Roman Mács,** primátor mesta Pezinok

**Kontakt pre médiá:** Katarína Gudiaková, [gudiakova@snowball.sk](mailto:gudiakova@snowball.sk), +421 903 605 329



1. <https://www.cdc.gov/niosh/topics/sunexposure/recommendations.html> [↑](#footnote-ref-1)