



Haut – Sonne – Hautkrebs - Hautkrebsvorsorge

Der Sommer ist fast vorbei. Auch wenn er uns in diesem Jahr nicht immer mit Sonne verwöhnt hat, so gab es doch in den vergangenen Monaten genügend Gelegenheiten, seine Haut der Sonne auszusetzen.

Das kann sehr wohltuend sein und hat viele positive Effekte. Die Versorgung des Körpers mit Vitamin D in seiner aktiven Form funktioniert nur mit Hilfe der Sonne. Gebräunte Haut wird im Allgemeinen mit Gesundheit und Attraktivität assoziiert. Schließlich sorgt Sonne bei vielen Menschen für eine positive Stimmungslage.

Dass eine zu intensive Sonnenbestrahlung auch negative Effekte haben kann, ist inzwischen weit verbreitet. Die im Sonnenlicht enthaltenen UV-Strahlen tragen entscheidend zur Lichtalterung der Haut bei. Sie verliert an Elastizität. Es können Fältchen, erweiterte Äderchen und Pigmentflecke entstehen. Außerdem steigt das Risiko, an Hautkrebs zu erkranken.

Um dieses Risiko zu minimieren, ist ein vernünftiger Umgang mit der Sonne notwendig, ohne jedoch ganz auf sie verzichten zu müssen. Dazu gehören neben geeigneten Lichtschutzpräparaten mit einem auf den individuellen Hauttyp und die Wetterlage abgestimmten Lichtschutzfaktor auch entsprechende Textilien und eine gute Hautpflege.

Außerdem sollte man seine Haut regelmäßig selbst unter Zuhilfenahme eines Spiegels untersuchen. Die Haut als unser größtes Organ hat einen entscheidenden Vorteil: sie lässt sich einfacher untersuchen als alle anderen Organe, nämlich mit dem bloßen Auge.

Hierbei ist vor allem auf neu entstandene Flecken oder Veränderungen und auf eine Veränderung vorhandener Leberflecken zu achten:

Asymmetrie, unregelmäßige Begrenzung, unregelmäßige Färbung, Zwei- oder Mehrfarbigkeit (Color) und ein Durchmesser über 5 mm bzw. eine Größenzunahme können entscheidende Hinweise liefern (ABCD-Regel).

Des Weiteren sollte man die Möglichkeit der Hautkrebsvorsorgeuntersuchung in Anspruch nehmen.

Diese Untersuchung bezahlen die gesetzlichen Krankenkassen seit dem 01.07.2008 alle 2 Jahre für Versicherte ab 35 Jahren. Ein entsprechend geschulter Hautarzt inspiziert die gesamte Körperoberfläche und kann Hautkrebs und auch seine Vorstufen auf diese Weise frühzeitig erkennen und behandeln. Außerdem erfolgt eine Beratung zum individuellen Risiko und zu Verhaltensmaßnahmen zum Schutz der Haut vor Hautkrebs. Auf besonderen Wunsch kann diese Untersuchung auf eigene Kosten auch mit Hilfe einer beleuchteten Lupe (Auflichtmikroskopie) ergänzt werden.

Der Begriff Hautkrebs umfasst den schwarzen Hautkrebs (Malignes Melanom) und den hellen Hautkrebs – hierzu zählen der Basalzellkrebs (Basaliom), der Stachelzellkrebs (Plattenepithelkarzinom) und dessen potenzielle Vorstufen wie z. B. die Lichtschwielen (Aktinische Keratose).

An einem Melanom erkranken in Deutschland jährlich etwa 16000 Menschen neu, an hellem Hautkrebs laut Studien jährlich schätzungsweise 120 von 100000 Menschen. Der schwarze Hautkrebs und der Stachelzellkrebs können im Gegensatz zum Basalzellkrebs Tochtergeschwülste bilden. Umso entscheidender ist eine Früherkennung – denn bei einer Früherkennung lässt sich Hautkrebs fast immer heilen.

Nutzen Sie deshalb die Möglichkeit der Hautkrebsvorsorge!

Vereinbaren Sie Ihren Vorsorge-Termin in unserer Dermatologie bei unseren Fachärztinnen für Haut- und Geschlechtskrankheiten unter 0561/76640-350!



Dr. Swenja Heermann



Dr. Regina Hahn



MEDIKUM MVZ GMBH – KURFÜRSTENSTR. 10-12 – 34117 KASSEL
www.medikum-kassel.de - info@medikum-kassel.de