

14. Oktober 2015

RADIOBEITRAG als Text

Schwarzer Hautkrebs: Vorbeugen durch konsequenten Sonnenschutz

Anmoderation:

Derzeit erkranken in Deutschland jährlich etwa 264.000 Menschen neu an Hautkrebs – so die Angaben der „Gesellschaft der epidemiologischen Krebsregister in Deutschland“. Dabei ist die Tendenz steigend. Die häufigste Form ist der sogenannte „weiße“ Hautkrebs. Vor allem ältere Menschen sind davon betroffen. An dem besonders bösartigen „schwarzen“ Hautkrebs erkranken jährlich über 30.000 Menschen. Mehr zu dieser Krebsart und dazu wie man vorbeugen kann von Kristin Sporbeck. Sie hat sich bei Thomas Ebel, Arzt im AOK-Bundesverband, informiert.

Länge: 2.04 Minuten

Thomas Ebel:

Der schwarze Hautkrebs – das sogenannte maligne Melanom – ist der gefährlichste unter den Hautkrebsarten. Das liegt unter anderem daran, dass er sehr aggressiv ist und schnell streuen kann. Frühzeitig erkannt, bestehen jedoch hohe Heilungschancen. Problematisch ist allerdings, dass sich der Krebs im Frühstadium meist nicht bemerkbar macht. Deshalb sollte man natürlich regelmäßig seine Haut – vor allem bei Leberflecken beziehungsweise Muttermalen – untersuchen und kontrollieren.

Text:

Das erklärt Thomas Ebel, Arzt im AOK-Bundesverband. Eine Hilfestellung, um Leberflecken und Muttermale zu kontrollieren und zu beurteilen, bietet die sogenannte ABCDE-Regel.

Thomas Ebel:

Das A steht für Asymmetrie – also, dass ein Mal eine unregelmäßige Form hat. Das B steht für Begrenzung, hier geht es darum, ob der Fleck an den Rändern unscharf ausläuft. C steht für Color, also Farbe. Wenn diese an einigen Stellen heller und an anderen dunkler erscheint, sollte man es weiter beobachten. D steht für Durchmesser. Muttermale, die größer als sechs Millimeter sind, sollten genauer untersucht werden. Und das E steht für Erhabenheit beziehungsweise Entwicklung. Hier drunter sind alle Veränderungen zu verstehen.

Text:

Wer Veränderungen dieser Art feststellt, sollte sich ärztlich untersuchen lassen. Darüber hinaus haben gesetzlich Versicherte ab 35 Jahren alle zwei Jahre Anspruch auf ein sogenanntes Hautkrebscreening. Dabei untersucht der Arzt die gesamte Körperoberfläche auf verdächtige Merkmale. Ein Risikofaktor für den schwarzen Hautkrebs sind vor allem vermehrte Sonnenbrände. Daher kommt es vor allem auf einen konsequenten Sonnenschutz an, so Ebel.

Thomas Ebel:

Säuglinge bis zu einem Lebensjahr sollten überhaupt nicht der direkten Sonne ausgesetzt werden. Sonnendichte Kleidung und Hüte schützen grundsätzlich vor zu viel Strahlung. Ebenso wichtig ist es, im Sommer oder sonnenreichen Regionen regelmäßig Sonnencreme zu verwenden und zwar mit einem Lichtschutzfaktor mit UV-A und UV-B-Schutz, der dem jeweiligen Hauttyp natürlich dann auch entsprechen muss. Der beste Schutz ist jedoch, sich im Schatten aufzuhalten, die Mittagsonne zu meiden und dunkle, festgewebte Kleidung zu tragen. Spezielle Sonnenschutzkleidung verliert häufig schon nach dem ersten Waschen seine Sonnenschutzfunktion und sollte daher nicht als einziger Sonnenschutz eingesetzt werden.