

SONNENBEDINGTE KRANKHEITEN

Gefährliche Spätfolgen

Kein Organ ist häufiger von Krebs betroffen als die Haut. Massgeblicher Mitverursacher von Hautkrebs ist die UV-Strahlung der Sonne. Durch regelmässige Selbstkontrolle wird er frühzeitig erkannt – und kann dann auch meist geheilt werden. Text: Walter Aeschmann

Um es ganz deutlich zu sagen: Ihre Haut vergisst nichts. Schon gar nicht einen Sonnenbrand. Oberflächlich betrachtet, sieht es zwar aus, als hätte sich die Haut nach einem ausgeheilten Sonnenbrand erholt. Aber tief im Innern zeigt

sich, dass der Schaden, den die Sonne angerichtet hat, unwiderruflich ist. Wiederholen sich die Sonnenbrände, kumulieren und festigen sich die Schäden in den Hautzellen. Die Folge ist im «besten» Fall vorzeitige Hautalterung – im schlimmsten Fall

jedoch Hautkrebs. Vor allem Sonnenbrände in den ersten 20 Lebensjahren erhöhen das Hautkrebsrisiko markant.

Hautkrebs ist ein Oberbegriff für sämtliche bösartigen Tumore der Haut. In der Umgangssprache wird er oft gleichgesetzt mit dem schwarzen Hautkrebs, dem malignen Melanom. In den letzten Jahren hat die Anzahl bösartiger Hautveränderungen zugenommen. Diese Entwicklung sollte umso mehr alarmieren, als das Hauptrisiko, an dieser Krebsart zu erkranken, oft vermieden werden könnte: übermässige Sonnenbestrahlung.

Durch die Aufnahme von UVB-Strahlen wird das Erbgut in den Zellkernen der Haut erheblich beschädigt. Entweder sterben die betroffenen Zellen ab, oder sie werden durch den zelleigenen Reparaturdienst instand gesetzt. Kommt die Haut mit der Heilung nicht mehr nach, können sich die angegriffenen Zellen zu Krebs verändern. Die Entstehung geht von den Pigmentzellen der Oberhaut aus. Sie entarten und wuchern unkontrolliert.

Hautkrebs ist in den meisten Fällen ein sich verändernder, fleckenförmiger oder knotiger Herd, der sich an der Hautoberfläche entwickelt. Mehrheitlich handelt es sich um das Basalzellkarzinom (Basaliom oder weisser Hautkrebs) oder das Stachelzellkarzinom (Spinaliom). Diese Arten von Hautkrebs bilden selten Ableger (Metastasen) und sind gut heilbar. Der schwarze Hautkrebs, das Melanom, ist seltener, aber der gefährlichste Hautkrebs. Die Schweiz weist im internationalen Vergleich eine der höchsten Raten von Hautkrebs-Neuerkrankungen auf: Jährlich erkranken rund 15 000 Menschen an Hautkrebs, davon 1730 an einem Melanom. Rund 720 Menschen sterben pro Jahr an den Folgen von Hautkrebs.

→ **Der schwarze Hautkrebs** (malignes Melanom) ist der bösartigste Hauttumor und eine der gefährlichsten Krebsarten überhaupt. Im Vergleich zu anderen Haut-

Selbstuntersuchung: Veränderungen frühzeitig entdecken

Durch die regelmässige Selbstuntersuchung der Haut können verdächtige Hautveränderungen frühzeitig erkannt werden. Fachleute empfehlen, alle drei bis vier Monate die Pigmentmale am ganzen Körper mit Hilfe der ABCD-Regel zu untersuchen. Im Zweifelsfall sollte umgehend ein Hautarzt aufgesucht werden.

ABCD-Regel

A = Asymmetrie

harmloses Pigmentmal: regelmässige, symmetrische Form
verdächtiges Pigmentmal: nicht symmetrische Form

B = Begrenzung

harmloses Pigmentmal: regelmässige, klare Ränder
verdächtiges Pigmentmal: unregelmässige, unscharfe Ränder

C = Color (Farbe)

harmloses Pigmentmal: einheitliche Färbung
verdächtiges Pigmentmal: verschiedenfarbig, fleckig

D = Dynamik

harmloses Pigmentmal: verändert sich nicht
verdächtiges Pigmentmal: verändert sich in Grösse, Farbe, Dicke und Form

Auf eine Formel gebracht: Testen Sie Ihr Risiko

Eine einfache Risikoformel zeigt, ob Sie ein erhöhtes Risiko für Hauttumore haben.

- R** Rotblonde Haare, helle/blau Augen
- I** In der Familie Melanome bekannt
- S** Sonnenbrände in der Kindheit
- I** Immer nur Rötung auf der Haut
- K** Keine Bräunung in der Sonne
- O** Obacht bei mehr als 50 Muttermalen



tumoren bildet er relativ früh in anderen Organen Metastasen. In Mitteleuropa kommen pro Jahr etwa zehn bis zwölf Neuerkrankungen auf 100 000 Einwohner. In der Schweiz erkranken laut Vereinigung Schweizerischer Krebsregister pro Jahr 860 Männer und 870 Frauen an einem schwarzen Hautkrebs.

Der schwarze Hautkrebs kommt bei Frauen etwas häufiger vor als bei Männern. Strahlungsempfindliche Menschen haben ein dreifach höheres Risiko, ein

Melanom zu entwickeln, als Menschen der dunklen Hauttypen III bis VI (siehe «Checkliste Sonnenschutz», Seite 20). Es entsteht jedoch nicht nur an Stellen, die der Sonne ausgesetzt waren, in seltenen Fällen entwickelt es sich auch an schlecht einsehbaren Körperstellen wie zum Beispiel unterhalb des Nagels, in Hautfalten oder auch an Schleimhäuten.

Im Gegensatz zu anderen Hauttumoren ist nicht allein lang andauernde Sonnenbestrahlung die Hauptursache, sondern

ausgeprägte und häufige Sonnenbrandreaktion in der Kindheit und Jugend.

Bei einer Früherkennung ist die Heilungschance zwar gross. Bei einem später entdeckten Tumor sinkt sie allerdings rapide. Tumore werden operativ oder mit Hilfe einer Chemo- oder einer Immuntherapie entfernt. Vor allem der Nachbehandlung kommt eine grosse Bedeutung zu, um eventuelle neue Metastasen möglichst frühzeitig zu entdecken und zu behandeln.

Nationaler Hautkrebstag: Klären Sie Ihre persönliche Gefährdung ab

Jährlich erkranken in Europa 54 000 Menschen an einem Melanom. Dieser Hautkrebstyp ist die aggressivste Form von Hauttumor überhaupt. Rund 250 Personen sterben jährlich in der Schweiz an einem Melanom oder dessen Folgen. Obwohl Männer weniger häufig an einem Melanom erkranken als Frauen, sterben mehr Männer an diesem Hautkrebs. Diese Tendenz wird mit einem geringeren Bewusstsein für Sonnenschutzmassnahmen der Männer und einer grösseren Hemmschwelle für Arztbesuche erklärt.

Am Montag, 5. Mai 2008, findet der dritte Nationale Hautkrebstag statt. In Zusammenarbeit mit der Krebsliga und der Schweizerischen Gesellschaft für Dermatologie (SGDV) bieten Dermatologen an diesem Tag in der ganzen Schweiz kostenlose Erstuntersuchungen von auffälligen Pigmentmalen an. Damit soll die Bevölkerung für den Schutz vor UV-Strahlen sensibilisiert und die Hautkrebsfrüherkennung ins Zentrum gestellt werden.

Wichtigste Partner des Nationalen Hautkrebstags sind die Dermatologen der Universitätskliniken, der Spitäler und der Praxen. Sie werden Risikopersonen in der eigenen Praxis oder in neutralen

Räumlichkeiten kostenlos auf auffällige Pigmentmale untersuchen.

Damit möglichst viele potentielle Träger von Symptomen von dieser Aktion profitieren können, führen gut 500 Apotheken von Pharmasuisse ab dem 7. April eine Informationskampagne durch. Im Gespräch mit speziell ausgebildeten Apothekern ermitteln Interessierte ihr persönliches Hautkrebsrisiko und lernen, wie sie die wichtigsten Symptome von Hautkrebs erkennen können.

Die Auswertung von rund 6400 Fragebögen des Jahres 2007 hat ergeben, dass bei jeder 28. Person Verdacht auf ein Melanom bestand, über 15 Prozent der Betroffenen waren in der Altersgruppe unter 30 Jahren. An nur einem Tag wurden vermutlich 230 Melanome entdeckt. Mehr als 60 Prozent der Personen, die das Angebot nutzten, waren Frauen. Ein Verdacht auf ein Melanom oder auf ein Spinaliom oder Basaliom (helle, weniger aggressive Hautkrebsformen) und auf chronische Hautveränderungen wurde aber häufiger bei Männern festgestellt. Helle Hautkrebsformen scheinen vermehrt mit zunehmendem Alter aufzutreten.

Oft sind die Apotheken die ersten Anlaufstellen, um eine Hautveränderung ab-

klären zu lassen. Von dort werden die Patienten gegebenenfalls für weitere Untersuchungen an Dermatologen vermittelt. Wird ein Hautkrebs früh genug erkannt, ist er in fast 100 Prozent der Fälle heilbar.

Weitere Infos:
www.hautkrebstag.ch



krebsliga schweiz

sgdv
ssdv

pharmaSuisse 

→ **Das Basalzellkarzinom** (Basaliom oder weisser Hautkrebs) wird zu den bösartigen Hauttumoren gezählt und ist die häufigste Hautkrebsart in Mitteleuropa. Das Besondere am Basaliom ist, dass es ohne Rücksicht auf Organengrenzen immer weiter wächst, wenn es nicht behandelt wird. Es bildet aber sehr selten Ableger. Deshalb wird das Basaliom auch als semimaligner Tumor bezeichnet, was so viel wie «halb-bösartig» bedeutet.

Seinen Namen hat das Basaliom von den Basalzellen der Oberhaut, weil es dort entsteht. Diese Krebsart findet man meist im Gesicht, aber auch auf der Kopfhaut, auf Schultern oder Rücken.

→ **Das Stachelzellkarzinom** (Spinaliom) ist ein bösartiger Hautkrebs, von dem bisher fast nur hellhäutige, über 50-jährige Menschen betroffen sind. Durch die abnehmende Ozonschicht, gleichzeitig zunehmende UVB-Strahlung und ungenügenden Sonnenschutz erkranken jedoch auch immer mehr jüngere Menschen. Das Stachelzellkarzinom kann sich aus einer aktinischen Keratose (Verhornung der Haut durch ständige Sonneneinwirkung) entwickeln. Männer sind häufiger davon betroffen als Frauen, ebenso Menschen, die sich berufsbedingt viel im Freien aufhalten.

Beim hellen Hautkrebs bestehen gute Heilungschancen, vor allem wenn der Tumor bereits erkannt wird, bevor er in die Tiefe gewachsen ist. Die operative Entfernung des Tumors ist die erfolgversprechendste Behandlungsmöglichkeit.

→ **Die aktinische Keratose** ist eine durch chronische Lichtschädigung verursachte Veränderung der verhornten Oberhaut. Sie kann entarten und zu Hautkrebs führen. Sie tritt häufig bei Menschen in der zweiten Lebenshälfte an Stellen auf, die dem Sonnenlicht ungeschützt ausgesetzt waren: Gesicht, Handrücken, Stirn, Glatze, Nase, Ohr. Am häufigsten sind die hellen Hauttypen betroffen, Männer noch etwas mehr als Frauen.

Diese Hautveränderung kann in örtlicher Betäubung operativ entfernt oder oberflächlich mit flüssigem Stickstoff behandelt werden.

→ **Quälender Juckreiz** oder Bläschenbildung wird im Volksmund unter dem Begriff «Sonnenallergie» zusammengefasst. Medizinisch betrachtet, ist es eine Lichtempfindlichkeit, eine Hautreaktion, die nicht immer allergische Ursachen hat. In 90 Prozent der Fälle ist die sogenannte polymorphe Lichtdermatose (PLD) Ursache. Meist tritt sie im Frühling, bei der ersten Sonnenbestrahlung oder im Urlaub mit intensiver Sonneneinwirkung an exponierten Hautpartien auf, die noch nicht an die Sonne gewöhnt sind (Ausschnitt, Schultern, Nacken, Arme).

Typische Symptome sind juckende Flecken oder Bläschen. Am häufigsten sind junge, hellhäutige Frauen betroffen. Verantwortlich für diese Hautreaktion ist vor allem die UVA-Strahlung, durch die in der Haut reaktive Sauerstoffverbindungen (Radikale) entstehen, die viele Zellverbindungen der Haut schädigen. Die gesunde Haut enthält eine Vielzahl von Schutzmechanismen, um diese Verbindungen zu neutralisieren. Bei Menschen, die an PLD leiden, scheinen diese Mechanismen zu versagen. Es kommt zu einer verstärkten Immunreaktion und zu den unangenehmen Bläschen.

Zur Vorbeugung und zur medikamentösen Behandlung existiert eine Anzahl von Produkten. Über deren Anwendung sollten Sie sich aber unbedingt von Ihrem Hausarzt oder in der Apotheke beraten lassen. ■

Weitere Infos

→ Internet

www.hauttyp.ch
www.melanoma.ch
www.swisscancer.ch

Endlich wieder Freude beim Baden!

DAS ORIGINAL VOM WANNENLIFT-SPEZIALISTEN



• Jetzt Mietkauf ZINSLOS möglich!

• Schnelle, problemlose und saubere Installation

• Mit integriertem Haltegriff

• Nach Gebrauch einfach per Knopfdruck aufrollen

• Alle Funktions-teile aus Edelstahl



Prospekte anfordern:
0800-808018

Anruf gebührenfrei!

Ihr Preisvorteil – direkt vom Hersteller
 Nicht nur Gewährleistung,
 sondern echte

5 Jahre
 Garantie

IDUMO®