

# Jeder Sonnenbrand erhöht das Hautkrebsrisiko

Tobias Plaza

Das Maligne Melanom (schwarzer Hautkrebs) ist eine gefährliche Krebserkrankung, die in den letzten Jahren stetig zugenommen hat. Pro Jahr erkranken alleine in der Schweiz rund 1700 Personen an einem malignen Melanom, und etwa 250 Menschen sterben jährlich daran. Das Risiko, ein Melanom zu entwickeln, steigt mit der Anzahl der durchgemach-

ten Sonnenbrände und ist ausserdem erhöht, wenn man erblich vorbelastet ist, einen sehr hellen Hauttyp oder besonders viele Muttermale hat.

Das Melanom ist deshalb so gefährlich, weil Melanomzellen nicht im Zellverbund wachsen und daher ab einer bestimmten Tiefe sehr leicht von Lympflüssigkeit und Blut mitgerissen werden können. An der Stelle, wo die Zellen dann im Körper ankommen, entsteht

eine Absiedelung (Metastase) des Melanoms. Das Risiko, dass das Melanom streuen kann, ist erhöht. Daher ist eine Früherkennung extrem wichtig. Der Krebs muss operativ entfernt werden.

## Veränderungen beobachten

Prinzipiell können Melanome spontan entstehen oder aus bestehenden Pigmentmalen hervorgehen. Daher ist es wichtig, neu entstehende Pigmentveränderungen beim Dermatologen zu zeigen und die bestehenden Pigmentmale genau zu beobachten. Bei Veränderungen sollte ebenfalls ein Spezialist beigezogen werden. Wer viele oder bereits veränderte Pigmentmale hat, sollte konsequent einmal pro Jahr zur Hautkrebsvorsorge gehen. Hilfreich bei der Beurteilung von Pigmentmalen ist die ABC-Regel:

A = Asymmetrie: das sind Pigmentmale, die nicht symmetrisch sind, wenn man sie in zwei senkrechten Achsen spiegelt.

B = Begrenzung: das sind Pigment-

male, die gegenüber der normalen Haut nicht klar abgrenzbar sind.

C = Colorit: das sind Pigmentmale mit unterschiedlichen Farbtönen (schwarz / braun/ weiss).

Neben regelmässiger Vorsorge ist ausserdem eine entsprechende Vorbeugung wichtig. Dazu gehört vor allem, sich gut vor Sonnenbränden zu schützen. Regelmässiges Eincremen mit hohen Schutzfaktoren ist wichtig. Im Sommer sollte man nicht zwischen 12 und 15 Uhr an die Sonne. Auf regelmässige Solariumbesuche sollte man verzichten.



**Tobias Plaza\***. (ii)

## Ärztegesellschaft Zürcher Oberland

Die Ärztegesellschaft Zürcher Oberland (AGZO) ist die Vereinigung der Ärztinnen und Ärzte aller Fachrichtungen in der Region Zürcher Oberland. Sie bezweckt eine weitreichende, optimale medizinische Versorgung der Bevölkerung in Zusammenarbeit mit den Spitälern. Sie ist eine

kompetente Anlaufstelle für sämtliche medizinischen Probleme und stellt die Organisation des Notfalldienstes sicher. Die Dienstärztinnen und Dienstärzte der Region werden regelmässig in der lokalen Presse mitgeteilt. (zo)

Weitere Informationen im Internet unter [www.agzo.ch](http://www.agzo.ch)

\* Dr. med. Tobias Plaza ist Facharzt FMH Dermatologie und Venerologie in Uster mit Schwerpunkt Allergische Erkrankungen, Hautchirurgie und ästhetische Dermatologie; [www.hautarzt-uster.ch](http://www.hautarzt-uster.ch)