

Fachärzte für Allgemeinmedizin
Lutz - Peter Zieseke - Michaelis
- Homöopathie - hausärztl. Geriatrie -
Renate Brandt
- Psychotherapie - Palliativmedizin -

Ackerweg 26
32469 Petershagen-Lahde
Tel. 05702 - 9883
Fax. 05702 - 2551

Hautkrebs – Früherkennung (Hautkrebs-Screening) - Seit 1. Juli 2008 Kassenleistung

Der häufigste Hautkrebs ist der so genannte helle Hautkrebs „Basalzellkarzinom“ oder „spinozelluläres Karzinom“. Beide Arten sind deshalb weniger gefährlich, weil sie in aller Regel keine Tochterneoplasmen (Metastasen) erzeugen und daher sehr gut örtlich zu behandeln sind. Seltener ist das „maligne Melanom“ (schwarzer Hautkrebs), der aber deshalb so gefährlich ist, weil er bereits früh Metastasen erzeugen kann und dann schwer zu behandeln ist. Deshalb ist es besonders beim schwarzen Hautkrebs so wichtig, ihn im Frühstadium zu erkennen um ihn dann vollständig chirurgisch entfernen zu können. Der helle Hautkrebs kommt meist an Körperstellen vor, die mehr der Sonne ausgesetzt sind, wie Gesicht, Hände und Unterarme. Das Melanom hingegen kann überall am Körper vorkommen, selbst in der Mundhöhle, im Intimbereich oder unter der Fußsole.

Wir bieten Ihnen die Hautkrebs-Früherkennung jedes 2. Jahr ab dem 35. Lebensjahr als Kassenleistung an, entweder im Zusammenhang mit der Gesundheitsuntersuchung oder unabhängig davon. Sie erfordert eine vollständige Inspektion der Haut und sichtbaren Schleimhäute. Insbesondere dient diese Sichtkontrolle der Haut der Beurteilung von Pigmentflecken bzw. Rauigkeiten, die Vorformen des hellen Hautkrebs sein können. Wenn verdächtige Hautveränderungen bemerkt werden sollten, erfolgt eine Überweisung zu einem Hautarzt zur weiteren Abklärung.

Am Untersuchungstag verzichten Sie bitte auf alle Kosmetika (bes. Make-Up), Haarspray und Nagellack.

Was können Sie selbst zur Vermeidung von Hautkrebs tun?

Wir wissen, dass **ungewohnt starke Sonnenbestrahlung** für die Haut am meisten problematisch ist. Das sind vor allem die starken Sonnenbäder bei einem Urlaub im Süden. Weniger gefährdet sind dagegen Menschen, die überwiegend im Freien arbeiten und daher regelmäßig dem Sonnenlicht ausgesetzt sind. Natürlich brauchen wir Menschen das Sonnenlicht! Die Sonne fördert die Vitalität und seelische Ausgeglichenheit. Und sie fördert die Vitamin-D-Bildung in der Haut und stärkt somit den Knochenbau. Dazu reicht aber eine tägliche Sonnenbestrahlung von Gesicht und Handrücken über wenige Minuten. Wir sollten daher eine ungewohnt starke Sonnenbestrahlung mit der Gefahr eines Sonnenbrandes vermeiden. (Auch Sonnenstudios sind nicht unproblematisch)

Wie viel Sonne Sie vertragen hängt von Ihrem Hauttyp ab. Intensität und Dauer eines Sonnenbades sowie die Stärke des Sonnenschutzmittels müssen deshalb auf den jeweiligen Hauttyp abgestimmt werden. Grundsätzlich unterscheidet man vier Hauttypen, die mehr oder weniger empfindlich auf Sonneneinstrahlung reagieren.

Keltischer Hauttyp I (2% der deutschsprachigen Bevölkerung): sehr helle Haut, hellblonde oder rötliche Haare, Sommersprossen, blaue, grüne oder hellgraue Augen, wird nicht braun, sondern bekommt Sommersprossen und sehr häufig Sonnenbrand. Die Eigenschutzzeit beträgt fünf bis zehn Minuten.

Nordischer Hauttyp II (12% der deutschsprachigen Bevölkerung): helle Haut, blonde oder hellbraune Haare, blaue, graue oder grüne Augen, oft Sommersprossen. Nach dem Sonnenbad bekommen Menschen mit Hauttyp II oft eine Rötung, die Bräunung der Haut bleibt gering. Die Eigenschutzzeit liegt bei zehn bis 20 Minuten.

Mischttyp, Hauttyp III (78 % der deutschsprachigen Bevölkerung): mittlere Haut, dunkelbraunes oder hellbraunes, manchmal auch blondes oder schwarzes Haar, braune (blaue, grüne oder graue) Augen, kaum Sommersprossen: Die Haut wird in der Sonne mäßig braun, Rötungen sind selten. Die Eigenschutzzeit beträgt 20 bis 30 Minuten.

Mediterraner Hauttyp IV (8 % der deutschsprachigen Bevölkerung): bräunliche oder olivfarbene Haut, braune oder schwarze Haare, braune Augen, keine Sommersprossen. Menschen mit dem Hauttyp IV werden schnell braun, selten Sonnenbrand, Eigenschutzzeit 40 Minuten.

Die **Eigenschutzzeit** der Haut ist der Zeitraum, den man sich ohne Sonnenschutz im Juni in Deutschland bei klarem Himmel in der Sonne aufhalten kann ohne einen Sonnenbrand zu bekommen. Durch die Verwendung von Sonnenschutzmitteln verlängert sich die Eigenschutzzeit der Haut um den Lichtschutzfaktor.
(also: Eigenschutzzeit X Lichtschutzfaktor = maximale Besonnungszeit).

Der beste Sonnenschutz ist aber luftige sonnendichte Kleidung und ein Hut. Dies gilt besonders für Kinder, deren Haut um ein Vielfaches empfindlicher ist als die Haut von Erwachsenen.