



Zahlreiche Leute liessen ihre Pigmentmale kontrollieren

Nationaler Hautkrebstag vom 5. Mai 2008

Von Claudia Weiss

Grosses Interesse weckte der dritte nationale Hautkrebstag vom Montag, 5. Mai 2008, und zahlreiche Personen nutzten das Angebot der Schweizer Dermatologen: In Zusammenarbeit mit der Krebsliga und der Schweizerischen Gesellschaft für Dermatologie und Venerologie (SGDV) boten Hautärztinnen und Hautärzte in der ganzen Schweiz kostenlose Erstuntersuchungen von auffälligen Pigmentmalen an. Erste Rückmeldungen sind äusserst positiv, in einigen Regionen wurden die Dermatologen förmlich überrannt.

Bereits zum dritten Mal stellten sich rund 150 Dermatologinnen und Dermatologen in der ganzen Schweiz in den Dienst der Früherkennung von Hautkrebs: Am nationalen Hautkrebstag vom 5. Mai 2008 boten sie in Kliniken und Praxen eine kostenlose Erstuntersuchung von auffälligen Pigmentmalen an. «Der Tag war ein grosser Erfolg», freut sich *Thomas Hofer*, Präsident der Schweizerischen Gesellschaft für Dermatologie und Venerologie (SGDV) und praktizierender Dermatologe in Wettingen. Er und seine Praxiskollegin *Michèle Kuster-Iten* kontrollier-

ten an diesem Tag bei rund 220 Personen auffällige Pigmentmale. Sie orteten in 4 Fällen ein mutmassliches Melanom und entdeckten ein paar Basaliome und aktinische Keratosen. «Die Praxis war voll, und der Hautkrebstag ist eine sehr sinnvolle Sache», fasst Hofer zusammen.

Im Kantonsspital Luzern mussten sogar ab 10 Uhr Interessierte wieder nach Hause geschickt werden, weil der Andrang zu gross war. Noch unklar ist, warum vielerorts die Dermatologen förmlich überrannt wurden, während andere einen eher spärlichen Zulauf hatten, und zwar unabhängig davon, ob eine Voranmeldung nötig war oder nicht. Ein Grund

Euro Melanoma – eine europaweite Initiative

Der Nationale Hautkrebstag vom 5. Mai 2008 wurde gleichzeitig mit weiteren europäischen Ländern im Rahmen von Euro Melanoma begangen. 2006 hatte sich die Schweiz dem europäischen Netzwerk Euro Melanoma angeschlossen, das seit 1999 besteht und mittlerweile 17 Mitgliedstaaten umfasst. Jedes Jahr an einem Montag im Mai, dem Melanoma Monday, können alle Interessierten bei einem beteiligten Dermatologen kostenlos auffällige Pigmentmale kontrollieren lassen. Die Ziele von Euro Melanoma sind die Früherkennung von Melanomen und anderen Hautkrebsformen sowie die Sensibilisierung der Bevölkerung für einen angepassten Sonnenschutz.

Geben Sie dem Hautkrebs keine Chance

Einer der Hauptrisikofaktoren für Hautkrebs ist erwiesenermassen die intensive, ungeschützte UV-Strahlung. Hält man sich an einige Regeln, ist ein verantwortungsvoller Umgang mit der Sonne einfach umzusetzen:

- Die Haut vergisst keinen Sonnenbrand und nimmt jedes Mal Schaden. Deshalb sind Sonnenbrände konsequent zu vermeiden.
- Schatten ist der beste und zuverlässigste Schutz vor Sonnenbrand. Während der Mittagsstunden (11 bis 15 Uhr), wenn die Sonnenstrahlen besonders schädlich sind, sollte die Sonne ganz gemieden werden. Dies gilt vor allem auch für die empfindliche Kinderhaut. Kleinkinder bis zu einem Jahr sollten nie der direkten Sonnenstrahlung ausgesetzt werden.
- Hut, Sonnenbrille und Kleider schützen Haut und Augen vor der Sonne.
- Sonnenschutzmittel mit mindestens Lichtschutzfaktor 15 schützen die Haut vor den gefährlichen UV-Strahlen. Trotzdem sind sie kein Freipass für einen zeitlich unbeschränkten Aufenthalt in der Sonne! Wichtig ist, sich mindestens eine halbe Stunde vorher reichlich einzucremen. Weil Wasser und Schweiß die Schutzwirkung des Produkts verringern, muss das Sonnenschutzmittel wiederholt aufgetragen werden. Aber Achtung: Nachcremen verlängert den Schutz nicht, es erhält ihn nur aufrecht.
- Der Aufenthalt in der Sonne sollte dem persönlichen Hauttyp angepasst werden (Hauttyp bestimmen unter www.hauttyp.ch).

könnte sein, dass der Termin dieses Jahr zwischen all den Feiertagen von Auffahrt bis Pfingsten nicht sehr günstig lag. «Vielleicht haben die Betroffenen schon letztes Jahr vom Angebot profitiert und befinden sich dementsprechend bereits in Behandlung», vermutet beispielsweise *Robert Hunger*, leitender Arzt an der Dermatologischen Universitätsklinik, Inselspital Bern. In der Poliklinik liessen sich dieses Jahr nur etwa 90 Personen untersuchen, während letztes Jahr über 200 Interessierte gewartet hatten. Dafür hatte die regionale Aussenstation in Büren an der Aare, wo dieses Jahr erstmals eine Erstabklärung angeboten wurde, riesigen Zulauf aus der ganzen Umgebung – «wahrscheinlich, weil das Angebot hier zum ersten Mal präsentiert wurde», so Robert Hunger. Auch in Bad Ragaz strömten die Leute nicht gerade scharenweise in die Praxis der Dermatologin, viele

entschlossen sich erst kurzfristig, sich anzumelden. Aber insgesamt liessen doch etliche Interessierte an diesem Tag ihre verdächtigen Pigmentmale kontrollieren.

Insgesamt ein sehr erfolgreicher Tag

Wie überall fehlen auch aus Zürich noch die genauen Zahlen, aber Oberarzt *Jirko Kamarachev* vermutet, dass der Andrang an der Dermatologischen Klinik USZ dieses Jahr ähnlich gross war wie im letzten Jahr. «Alles lief problemlos ab, die Wartezeiten hielten sich grösstenteils im Rahmen, und die Rückmeldungen von Patienten und Ärzten waren rundum positiv», fasst er zusammen. Einige äusserst verdächtige Läsionen wurden bereits am Hautkrebstag operativ entfernt, andere wurden direkt vor Ort in Kabinen der Notaufnahme genauer untersucht. Auch im Kanton Jura war die Dermatologin pausenlos beschäftigt, und in Neuenburg waren die Räume der Kantonalen Krebsliga teilweise so voll, dass Wartende wieder nach Hause geschickt werden mussten.

Die meisten Leute verliessen die Dermatologen ohne Befund und beruhigt. Jene mit einem auffälligen Befund wissen nun, dass weitere Abklärungen notwendig sind und können ihre Hautveränderungen frühzeitig behandeln lassen.

Professionelle Vorselektion in den Apotheken

Bereits zum zweiten Mal beteiligten sich Apotheken von pharmaSuisse und boten im Vorfeld zum Hautkrebstag eine wertvolle Vorselektion an: In über 500 Fachapotheken erhielten interessierte Personen ab dem 7. April professionelle Beratung zur Früherkennung und zum risikogerechten Sonnenschutz. Mit Hilfe der Apothekerinnen und Apotheker, die von Dermatologen speziell geschult worden waren, konnten Kundinnen und Kunden anhand eines Fragebogens ihr Hautkrebsrisiko ermitteln. All jenen mit möglichen Hautkrebsymptomen legten die Apotheker nahe, im Rahmen des nationalen Hautkrebstags einen Dermatologen aufzusuchen. Den anderen konnten sie mit Produkten aus der Apotheke oder mit einer Empfehlung für einen Besuch beim Dermatologen weiterhelfen.

Erste Reaktionen sind von allen Seiten durchwegs positiv. «Ich finde es sehr sinnvoll, dass sich die Apotheker mit solchen Kampagnen an Präventionsmassnahmen beteiligen», fasst *Jonandri Bisaz* zusammen, Verantwortlicher für Kampagnen bei der Bümpliz-Apotheke in Bern. Dort liessen sich etliche Interessierte beraten und erhielten bei Unsicherheiten

Irrtümer rund um den Sonnenschutz

Braune Haut ist gesund.

Eine gesunde Bräune gibt es nicht. Jede Sonnenbräunung ist ein Zeichen für angegriffene Haut: Unter dem Einfluss der UV-Strahlen verdickt sich die Hornschicht der Haut, und die Produktion des Hautfarbstoffs Melanin wird erhöht – die Haut versucht so, sich vor den UV-Strahlen zu schützen.

Wer sich mit Sonnenschutzmittel eincremt, kann sich bedenkenlos in der Sonne aufhalten.

Auch in die mit Sonnencreme behandelte Haut dringen mehr oder weniger UV-A- und/oder UV-B-Strahlen. Deshalb sind Sonnenschutzmittel, trotz hohen Schutzfaktoren, kein Freipass für einen zeitlich unbeschränkten Aufenthalt in der Sonne. Nachcremen verlängert den Schutz nicht, es hält ihn nur aufrecht. Ist die angegebene Schutzzeit abgelaufen, gibt es nur eines: raus aus der Sonne – rein in den Schatten!

Einen Sonnenbrand kann man nur im Sommer bekommen.

Auch im Winter kann die UV-Strahlung intensiv sein: Helle Flächen wie Schnee und Eis reflektieren 80 bis 90 Prozent der UV-Strahlen und verstärken so die Sonnenwirkung. Aufpassen heisst es besonders beim Wintersport: In den Bergen ist der Anteil von UV-Strahlung im Sonnenlicht höher, pro 300 Höhenmeter nimmt die Intensität der UV-Strahlen um 3 bis 5 Prozent zu.

Im Solarium kann man die Haut auf die Sonne vorbereiten.

Jeder Solariumbesuch bedeutet eine zusätzliche, unnötige UV-Belastung der Haut. Der UV-B-Anteil bei Bräunungsgeräten entspricht etwa der Hochsommer-Mittagssonne in der Schweiz. Die UV-A-Strahlung in Solarien hingegen ist rund sechsmal stärker. Die Gesichtsbräuner sind im UV-B-Bereich meist weniger intensiv, im UV-A-Bereich aber zehnmal so stark wie die natürliche Sonne. Da hauptsächlich UV-B-Strahlen den Eigenschutz der Haut aktivieren, eignet sich ein Solariumbesuch nicht als Vorbereitung auf echte Sonnenbestrahlung. Die in Solarien verwendete UV-A-Strahlung trägt auch nicht zur Bildung von Vitamin D über die Haut bei. Fachleute und Wissenschaftler sind sich einig, dass regelmässige Besuche im Solarium das Hautkrebsrisiko erhöhen.

Informationen zum Sonnenschutz

Online-Informationen

Die sechs Hauttypen – Lernen Sie Ihren Hauttyp kennen! Den Test finden Sie unter www.hauttyp.ch. Weitere Informationen zum Sonnenschutz und zur Hautkrebsfrüherkennung sowie einen Risikofragebogen finden Sie unter www.melanoma.ch.

Informationsmaterialien

Die Broschüre «Hau(p)tsache Sonnenschutz» und das Booklet «Hautkrebs – Risiken und Früherkennung» erhalten Sie kostenlos bei der Krebsliga Schweiz, Tel. 0844-85 00 00 oder E-Mail: shop@krebsliga.ch.

KrebsInfo – der Informations- und Beratungsdienst der Krebsliga Schweiz steht Ihnen für individuelle Beratungen zur Verfügung und informiert auch zu den Themen Sonnenschutz und Hautkrebsfrüherkennung: Krebstelefon 0800-11 88 11 (Montag bis Freitag 10.00 bis 18.00 Uhr)

den Rat, am Hautkrebstag einen Dermatologen aufzusuchen. Die einzige kleine Schwachstelle, die Apotheker Bisaz aufgefallen ist, lässt sich auch im nächsten Jahr kaum beheben: «Beraten liessen sich vor allem Personen, die sich ohnehin schon um ihre Gesundheit kümmern und ihre Haut vor der Sonne schützen, und leider nicht die anderen, die es dringender nötig hätten.»

Ähnliche Ergebnisse erwartet

Bereits 2007 war der Nationale Hautkrebstag ein grosser Erfolg. An diesem Tag untersuchten rund 150 Hautärzte kostenlos mehr als 8000 Personen. Sie entdeckten dabei rund 230 vermutliche Melanome. Fast jede fünfte Person wies mindestens eine verdächtige Läsion auf, welche weitere Untersuchungen



Abbildung 1: Anmeldung und Warteraum in der dermatologischen Klinik des UniversitätsSpitals Zürich
(Fotos: Natascha Schiller)



Abbildung 2: Beim Ausfüllen des Fragebogens



Abbildung 3: Sichtung der Fragebögen

nötig machte. Das zeigt, wie wichtig es ist, die Bevölkerung für die Früherkennung von Hautkrebs zu sensibilisieren. Besonders Männer warten oft zu lange, bevor sie ein verdächtiges Pigmentmal untersuchen lassen. Dabei stehen die Heilungschancen für Hautkrebs gut – auch beim bösartigen Melanom –, wenn der Tumor früh erkannt wird, das heisst, in einem dünnen Stadium, bevor er in die Tiefe wächst. Für dieses Jahr werden ähnliche Ergebnisse erwartet,



Abbildung 4: An der Medienkonferenz zum nationalen Hautkrebstag liess auch Thomas Zeltner, Direktor Bundesamt für Gesundheit, von Dr. Thomas Hofer, Präsident der Schweizerischen Gesellschaft für Dermatologie und Venerologie, ein Pigmentmal kontrollieren

die genauen Zahlen werden an der Jahresversammlung der Schweizerischen Gesellschaft für Dermatologie und Venerologie (SGDV) im September präsentiert.

Gespannter Blick in die Zukunft

Die Krebsliga und die SGDV bedanken sich bei allen Dermatologinnen und Dermatologen, die am 5. Mai 2008 im Rahmen des dritten nationalen Hautkrebstags im Einsatz waren. Dank diesem freiwilligen Engagement von rund 150 Fachärzten aus der ganzen Schweiz kann dieses niederschwellige Angebot zur Hautkrebsfrüherkennung überhaupt durchgeführt werden.

Alle Beteiligten sind gespannt, wie es weitergeht: Nach dem dreijährigen Pilotprojekt beschliesst die SGDV an ihrer diesjährigen Jahresversammlung im Herbst, ob der Nationale Hautkrebstag in der Schweiz definitiv eingeführt wird. ●

Korrespondenzadresse:

Claudia Weiss

Kommunikationsbeauftragte Prävention

Krebsliga Schweiz

Effingerstrasse 40, Postfach 8219

3001 Bern

Tel. 031-389 92 10

Fax 031-389 91 60

E-Mail: claudia.weiss@krebsliga.ch

Internet: www.krebsliga.ch

Interessenkonflikte: keine