

Hautkrebsprävention lohnt sich das ganze Jahr!

Nationaler Hautkrebstag vom 11. Mai 2009

Die Früherkennung von Hautkrebs ist wichtig. Darum organisieren die Krebsliga Schweiz und die Schweizerische Gesellschaft für Dermatologie und Venerologie am 11. Mai 2009 den 4. Nationalen Hautkrebstag. Dann werden schweizweit Dermatologen auffällige Pigmentmale kostenlos untersuchen. Weil sich ein grosser Teil der Bevölkerung nach wie vor zu oft der intensiven Sonne aussetzt, setzt die Krebsliga Schweiz weiterhin auf flächendeckende Prävention.

CLAUDIA WEISS

Bei Hautkrebs, besonders beim aggressiven Melanom, ist die Früherkennung sehr wichtig. Daher führen die Krebsliga Schweiz, die Schweizerische Gesellschaft für Dermatologie und Venerologie und das Bundesamt für Gesundheit am Montag, 11. Mai 2009, den 4. Nationalen Hautkrebstag durch. Wiederum werden Fachärzte in der ganzen Schweiz eine kostenlose Erstuntersuchung von auffälligen Pigmentmalen anbieten.

Im Vorfeld des Hautkrebstags ist auch dieses Jahr eine Zusammenarbeit mit Apothekerinnen und Apothekern geplant, die wiederum mit dem Hautkrebs-Risiko-Fragebogen eine wichtige Beratungsfunktion übernehmen. Zu diesem Zweck werden sie speziell von Dermatologen geschult. Detaillierte Informationen finden Sie seit Mitte Februar 2009 auf www.hautkrebstag.ch. Am letztjährigen Nationalen Hautkrebstag führten die 144 beteiligten Dermatologinnen und Dermatologen rund 7000 Erstuntersuchungen durch, wovon über 5400 auf standardisierten Fragebögen erfasst und ausgewertet wurden. In den Wochen vor dem Hautkrebstag konnten Interessierte in rund 500 Apotheken einen Hautkrebs-Risiko-Fragebogen ausfüllen. Indem die speziell geschulten Apothekerinnen und Apotheker Risikopersonen eruierten, nahmen sie eine wichtige Triagefunktion wahr.

Am Hautkrebstag 2008 liessen sich weniger Personen untersuchen als in den beiden vergangenen Jahren. Der Rückgang ist möglicherweise auf die Wahl des Termins zwischen Auffahrt und Pfingsten oder auf die gezielte Vorselektion von Personen mit auffälligen Pigmentmalen zurückzuführen. Die Anzahl verdächtiger Befunde blieb jedoch auf dem Vorjahresniveau. Bei jeder fünften untersuchten Person wurde mindestens eine verdächtige Läsion festgestellt: 185 Personen mit Melanomverdacht, 45 Personen mit Spinaliomverdacht und 239 Personen mit Basaliomverdacht sowie 719 Personen mit aktinischen Keratosen (häufigste Krebsvorstufe) wurden diagnostiziert. Die Anzahl der aktinischen Keratosen ist gegenüber den Vorjahren gestiegen. Männer weisen öfter verdächtige Befunde auf als Frauen (*Abbildung 1* und *2*).

Als weitere interessante Erscheinung zeigte sich folgendes Ergebnis: 42 Prozent der von den Dermatologen als Hauttyp 1 identifizierten Personen ordnen sich selbst einem dunkleren Hauttyp zu. Auch 37 Prozent der Personen des Hauttyps 2 und 18 Prozent der Personen des Hauttyps 3 ordnen sich einem dunkleren Hauttyp zu. Hingegen stufen sich 26 Prozent des Hauttyps 4 zu hell ein (*Tabelle 1*).

Sonnenschutz auch im Winter nicht vergessen

Besonders im Winter und Frühjahr unterschätzen viele Leute wegen der Kälte die Intensität der UV-Strahlen und vernachlässigen den Sonnenschutz. Dabei ist besonders beim Skifahren und Schneewandern in den Bergen grösste Vorsicht geboten: Schnee und Eis reflektieren und intensivieren die Wirkung von UV-Strahlen, die sich mit zunehmender Höhe noch verstärkt. Da sind schützende Textilien, Sonnenbrille und ein Sonnenschutzmittel mit UV-Filter 30 angesagt.

Aber auch die heisse Sommersonne veranlasst nicht alle zur gleichen Vorsicht, wie eine Befragung des Luzerner Instituts für Markt- und Sozialforschung (LINK) im Auftrag der Krebsliga Schweiz zeigte. Im Sommer 2008 – der ohne längere Schönwetterperioden verstrich – setzten sich immerhin 39 Prozent der 1007 befragten Leute zwischen 15 und 64 Jahren häufig oder sehr häufig der Sonne aus. Weitere 35 Prozent taten das gelegentlich, 19 Prozent selten und nur 7 Prozent nie (*Tabelle 2*). Einmal mehr zeigte sich, dass sich vor allem junge Männer unter 30 Jahren überdurchschnittlich stark der Sonne exponierten.

Knapp ein Drittel der Befragten (30%) gaben an, sie hätten einmal (22%) oder sogar mehrmals (8%) einen Sonnenbrand

HAUTKREBSPRÄVENTION LOHNT SICH DAS GANZE JAHR!

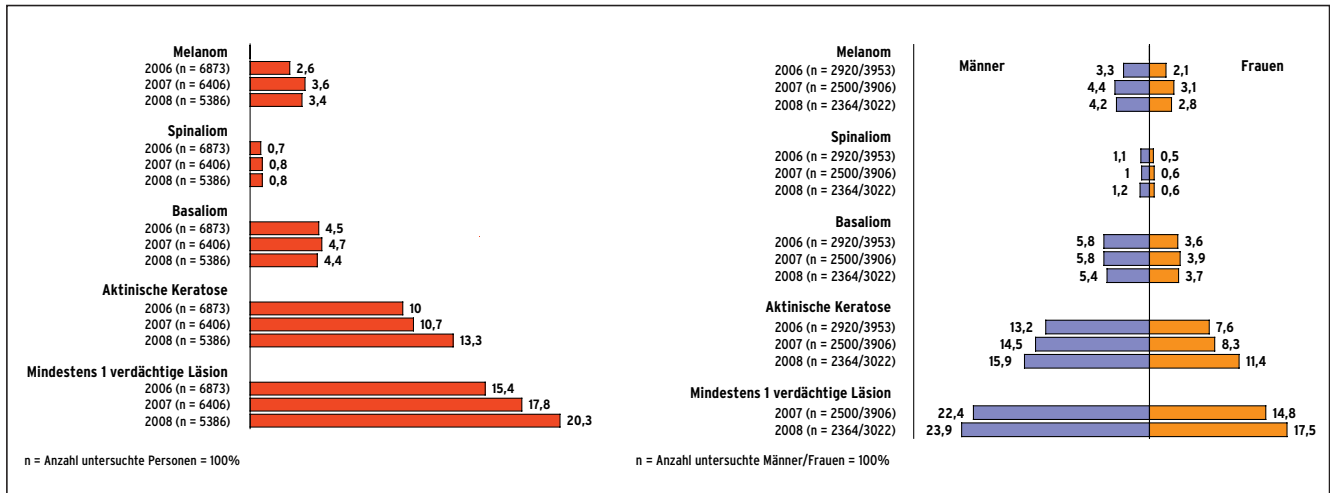


Abbildung 1: Untersuchte Personen mit verdächtigen Läsionen in Prozent (2006-2008)

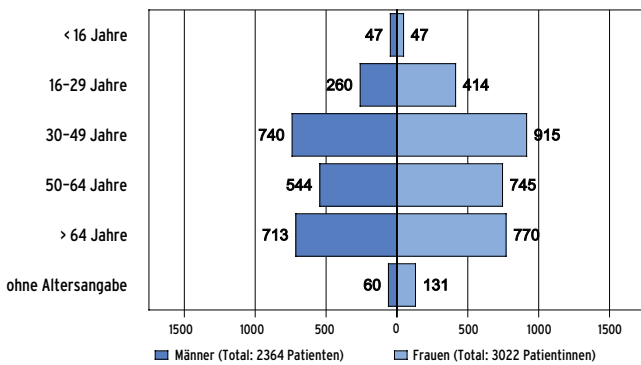


Abbildung 2: Teilnahme nach Geschlecht/Alter (2008)

gehabt, das sind 6 Prozent mehr als 2006 und damit deutlich mehr als der Durchschnittswert der letzten Jahre. Betroffen waren im Sommer 2008 vor allem die 15- bis 29-Jährigen (52%), Westschweizer (37%) sowie Menschen des hellen Hauttyps (34%).

Schon in früheren Jahren wurde beobachtet, dass sich die Bevölkerung bei wechselhafter Witterung weniger gegen (unvorhergesehene) Sonnenbrände schützt als während längerer Schönwetterperioden. So war beispielsweise im «Jahrhundertssommer» 2003 jede fünfte Person von Sonnenbränden betroffen, im unstabilen Sommer 2008 jede dritte Person. Die Zahl der Sonnenbrände kann möglicherweise auch auf eine stärkere Sensibilisierung zurückgeführt werden – eine Hautrötung, die vor einigen Jahren noch nicht beachtet wurde, wird heute als Sonnenbrand wahrgenommen.

Laut Angaben der diesjährigen Befragung nimmt die Bedeutung sonnengebräunter Haut leicht ab: 2008 legen noch 19 Prozent der 15- bis 64-jährigen Bevölkerung Wert auf eine sonnengebräunte Haut (für 3% ist die Sonnenbräune sehr wichtig und für weitere 16% wichtig). Von 1991 bis 2004 waren es in mehreren Befragungen stets etwa 23 Prozent gewesen. Ob dieser Rückgang um 4 Prozentpunkte einen neuen Trend einleitet, wird die künftige Entwicklung zeigen.

Hauttyp	Selbsteinschätzung des Patienten											
	Typ 1	Typ 2	Typ 3	Typ 4	Typ 5	Typ 6	Total = 100%	k.A.	zu hell	richtig	zu dunkel	
Einschätzung Dermatologe:												
Typ 1	122	71	15	2	-	-	210	-	-	58%	42%	
Typ 2	139	1179	676	93	2	1	2090	9	7%	56%	37%	
Typ 3	20	240	1618	396	18	-	2292	4	11%	71%	18%	
Typ 4	1	9	69	195	22	1	297	1	26%	66%	8%	
Typ 5	-	1	1	6	11	-	19	-	42%	58%	-	
Typ 6	-	-	-	-	-	7	7	-	-	100%	-	
Total	282	1500	2379	692	53	9	4915	14	10%	64%	26%	
Keine Einschätzung des Dermatologen vorliegend	9	154	209	45	2	-	419	38				

Tabelle 1: Einschätzung des Hauttyps durch den Patienten und den Dermatologen

	Total	Geschlecht		Alter		
		Männer	Frauen	15-29 Jahre	30-49 Jahre	50-64 Jahre
Anzahl Befragte (gewichtete Basis, n = 100%)	1007	493	514	276	472	259
sehr häufig	14 %	16 %	11 %	18 %	12 %	12 %
häufig	25 %	28 %	23 %	37 %	22 %	18 %
gelegentlich	35 %	35 %	36 %	30 %	40 %	34 %
selten	19 %	16 %	22 %	13 %	19 %	25 %
nie	7 %	5 %	8 %	2 %	7 %	11 %
total	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %

Tabelle 2: Häufigkeit der Sonnenexposition. Umfrage: «Wie oft haben Sie sich diesen Sommer der Sonne ausgesetzt?»

Euro Melanoma – eine europaweite Initiative

Der Nationale Hautkrebstag am 11. Mai 2009 wird gleichzeitig in 17 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.

UV-Schutz in Schulen, an Sportanlässen und an Open-Air-Veranstaltungen

Die Krebsliga Schweiz setzt auch in diesem Jahr auf umfassende Prävention für alle Altersgruppen. In Zusammenarbeit mit dem Bundesamt für Gesundheit und dem BernetVerlag.ch GmbH hat sie die Lehrmittel zu den Themen UV-Strahlung und Gesundheit inhaltlich überarbeitet und ihnen ein farbiges Erscheinungsbild verpasst. Kinder und Jugendliche vom Kindergarten bis zur Oberstufe sowie Berufsschule sollen sich früh mit den Sonnenschutzmöglichkeiten vertraut machen und diese anwenden. Weitere Unterrichtsmappen zu den Themen wurden überarbeitet und liegen seit Anfang 2009 vor (www.sonne-schule.ch).

Ausserdem führen die Krebsliga Schweiz und mehrere kantonale Ligen wiederum stufengerechte Veranstaltungen in Schulklassen durch, wie beispielsweise den Sonnenschutz-Parcours. Spielerisch lernen die Kinder so die Schattenseite der Sonnenstrahlen kennen und richtig einzuschätzen.

Damit der Sonnenschutz auch an Musik- und Sportveranstaltungen nicht vergessen geht, entsandte die Krebsliga ihre Teams auch letztes Jahr an Sportveranstaltungen, um Athleten und Zuschauer mit sogenannten «CreamAttack»-Auftritten über Sonnenschutz zu informieren und Sonnenschutzmittel direkt in die Hand zu verteilen.

Besonders in den Schwimmbädern haben sich Sonnenschutzaktionen zum grössten Teil gut etabliert. Badegäste, vor allem Familien mit Kindern, lassen sich gerne von den Mitarbeiten-

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 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 Hautkrebs-Früherkennung. Krebstelefon 0800-11 88 11 (Montag bis Freitag 10.00 bis 18.00 Uhr)

den der kantonalen Krebsligen die Sonnenschutzmöglichkeiten aufzeigen, und Kinder freuen sich jeweils über die geschenkten Sonnenhüte. Auch dieses Jahr verteilt die Krebsliga wieder kostenlos Sonnenschirme an Schwimmbäder. All diese Aktionen waren bereits im letzten Jahr sehr erfolgreich: An insgesamt 26 Musikfestivals verteilten die Sonnenschutzteams über 300 Liter Sonnencreme an die Festivalbesucher. An sonnigen Tagen besuchten die Teams über 37 Schwimmbäder, gaben Sonnenschutztipps und verteilten Kindersonnenhüte. 75 Bäder freuten sich über die insgesamt 800 kostenlosen orangenen Sonnenschirme der Krebsliga. ■

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