

A close-up, profile view of a person's neck and shoulder. The person is wearing a white turtleneck sweater. A small, dark mole is visible on the person's shoulder. The background is a soft, out-of-focus green and white, suggesting an outdoor setting.

Früherkennungsfaltblatt

---

# HAUTKREBS ERKENNEN

---

INFORMIEREN. NACHDENKEN. ENTSCHEIDEN.



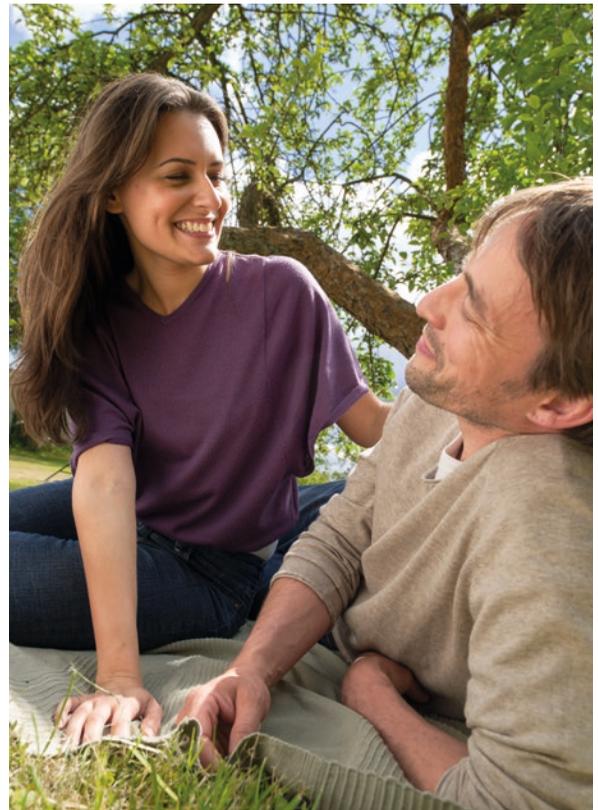
**Deutsche Krebshilfe**  
HELFFEN. FORSCHEN. INFORMIEREN.

## PRÄVENTION UND FRÜHERKENNUNG

Wer Krebs und auch anderen Krankheiten vorbeugen möchte, kann dies am besten tun, indem er gesund lebt. Besonders wichtig ist, nicht zu rauchen, sich regelmäßig zu bewegen, sich ausgewogen zu ernähren, auf sein Körpergewicht zu achten, wenig oder gar keinen Alkohol zu trinken und vorsichtig mit der UV-Strahlung zu sein. Experten schätzen, dass nur etwa halb so viele Menschen an Krebs erkranken würden, wenn sie gesünder leben würden.

Allerdings kann auch eine gesunde Lebensweise nicht garantieren, dass Sie nicht irgendwann einmal ernsthaft krank werden, etwa an Krebs erkranken. Je früher eine Krebserkrankung entdeckt und behandelt wird, desto größer sind die Chancen, geheilt zu werden.

Dieses Ziel haben Krebsfrüherkennungsuntersuchungen: Sie sollen eine Krebserkrankung oder deren Vorstufen möglichst früh entdecken. Denn frühe Stadien lassen sich meist erfolgreicher und auch schonender behandeln als fortgeschrittene Stadien, in denen vielleicht schon Tochtergeschwülste (Metastasen) entstanden sind.



Dieser Grundsatz leuchtet ein. Trotzdem werden Früherkennungsuntersuchungen durchaus kritisch gesehen, denn sie können auch Nachteile haben.

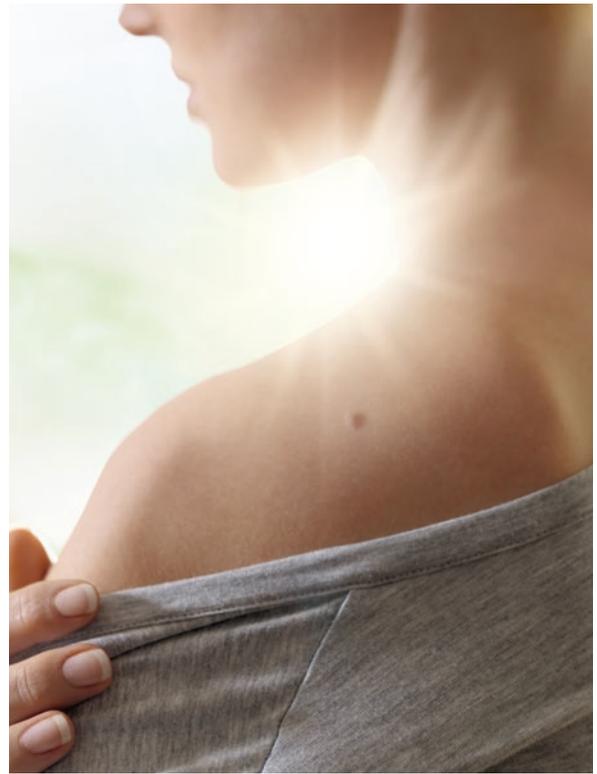
Daher ist es sinnvoll, für jedes Verfahren die Vorteile und die Nachteile zu beschreiben. Sie können dann für sich überlegen und einschätzen, wie Sie diese beurteilen.

Nach einer solchen sogenannten Nutzen-Risiko-Abwägung können Sie entscheiden, ob Sie an dieser Krebsfrüherkennungsuntersuchung teilnehmen möchten oder nicht. Diese Entscheidung wird „informierte Entscheidung“ genannt. Selbstverständlich kann auch Ihr Arzt Sie dabei unterstützen.

Um sich für oder gegen die Teilnahme an einer Krebsfrüherkennungsuntersuchung zu entscheiden, kann es sinnvoll sein, folgende Fragen zu beantworten.

### Kernfragen für Ihre Bewertung

- Wie groß ist mein persönliches Risiko, an dieser betreffenden Krebsart zu erkranken?
- Wie oft kommt es vor, dass die Untersuchungsmethode eine bereits bestehende Krebserkrankung wirklich erkennt (richtig-positives Ergebnis)?
- Wie oft kommt es vor, dass die Untersuchungsmethode eine bereits bestehende Krebserkrankung nicht erkennt (falsch-negatives Ergebnis)?
- Wie oft ergibt der Test einen Krebsverdacht, obwohl keine Krebserkrankung vorliegt (falsch-positives Ergebnis)?
- Wenn dieser Tumor früh erkannt wird, sind dann die Heilungsaussichten tatsächlich besser, als wenn er später entdeckt würde?
- Wie viele Teilnehmer an dieser Früherkennungsuntersuchung tragen Schäden davon?
- Wie bei jeder Früherkennung gibt es das Problem der sogenannten Überdiagnose. Das bedeutet: Die Untersuchung entdeckt eine Krebserkrankung, die zu Lebzeiten der Frau oder des Mannes wahrscheinlich nie auffällig geworden wäre und auch keine Beschwerden hervorgerufen hätte. Welche Nachteile kann eine solche Überdiagnose mit sich bringen?



In diesem Faltblatt beschreiben wir Ihnen die Vor- und Nachteile des Hautkrebs-Screenings für Menschen ab 35 Jahren. Für dieses Programm gibt es bislang nur wenige wissenschaftliche Studien, die seinen Nutzen und seine Risiken untersuchen. Auf der Basis der oben genannten Kernfragen haben die Experten der Deutschen Krebshilfe Empfehlungen entwickelt. Wenn Sie überlegen, ob Sie an einer Früherkennungsuntersuchung für Hautkrebs teilnehmen möchten oder nicht, können Sie diesen Empfehlungen folgen. Es ist aber sinnvoll, dass Sie sich Ihr eigenes Urteil bilden und dabei Ihr persönliches Risiko berücksichtigen. Wenn Sie Fragen haben, Ihnen etwas unklar ist oder Sie sich mit einer Entscheidung überfordert fühlen, dann lassen Sie sich von Ihrem Arzt beraten.

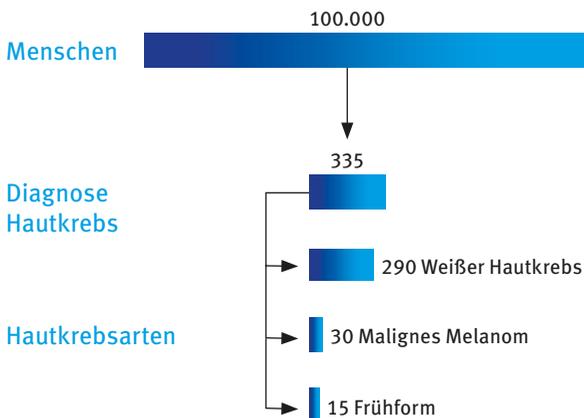
# HAUTKREBS ERKENNEN

Derzeit erhalten nach Hochrechnungen des Krebsregisters Schleswig-Holstein für das Jahr 2018 in Deutschland von jeweils 100.000 Menschen jährlich etwa 335 die Diagnose Hautkrebs (inkl. Frühformen). Bei etwa 290 handelt es sich dabei um einen sogenannten weißen (oder hellen) Hautkrebs. Die weißen Hautkrebserkrankungen, Basalzell- und Plattenepithelkarzinom genannt, bilden nur sehr selten Metastasen und sind somit fast immer heilbar. Vor allem ältere Menschen sind davon betroffen. Die übrigen (zirka 30 von 100.000, zusätzlich 15 von 100.000 an einer Frühform) erkranken an dem besonders bösartigen malignen Melanom, dem sogenannten schwarzen Hautkrebs. Melanome bilden bereits früh Metastasen und können dann oft nicht mehr geheilt werden.

---

## Hautkrebserkrankungen

---



---

Krebsregister Schleswig-Holstein, 2021 – Diagnosejahr 2018

Das durchschnittliche Erkrankungsalter liegt für Männer bei 68 Jahren und für Frauen bei 60 Jahren. Bei Menschen zwischen 20 und 29 Jahren ist das Melanom der häufigste Krebs bei Frauen und der zweithäufigste bei Männern.

Die Anzahl der nach der Geburt erworbenen Pigmentmale ist der höchste Risikofaktor für das maligne Melanom. Menschen mit mehr als 100 Pigmentmalen tragen ein siebenfach erhöhtes Risiko, an dieser Art des Hautkrebses zu erkranken. Sonnenbrände in der Kindheit und Jugend erhöhen das Hautkrebsrisiko um das Zwei- bis Dreifache.

Genetische Veranlagungen spielen ebenfalls eine Rolle: Personen mit heller Haut, rötlichen oder blonden Haaren, Neigung zu Sommersprossen, Sonnenbrandflecken oder mit einem Familienmitglied, das an einem malignen Melanom erkrankt ist, können ein pro Faktor verdoppeltes Risiko haben, selbst diese Erkrankung zu entwickeln.

Auch Besuche in einem Solarium steigern das Risiko einer Hautkrebserkrankung deutlich.



### **Ihr Risiko, an Hautkrebs zu erkranken, ist höher, wenn**

- Sie häufig Sonnenbrände hatten, besonders in der Kindheit und Jugend
- Sie regelmäßig ins Solarium gehen
- Sie sehr viele Pigmentmale haben
- Sie ein geschwächtes Immunsystem haben
- in Ihrer Familie bereits Hautkrebs aufgetreten ist

Die künstliche UV-Strahlung der Solarien ist keineswegs gesünder als die natürliche der Sonne. Im Juli 2009 hat die Weltgesundheitsorganisation (WHO) die natürliche UV-Strahlung der Sonne und die künstliche aus Solarien in die höchste Kategorie krebserregender Faktoren eingestuft. Sie wird damit genauso krebserregend bewertet wie Tabak oder Asbest.

Bestimmte Stoffe – Teer zum Beispiel oder Zusätze in Parfums beziehungsweise Gesichtswässern – und manche Medikamente können die schädliche Wirkung der ultravioletten Strahlen sogar noch steigern.

Wer ein geschwächtes körpereigenes Abwehrsystem hat, ist besonders gefährdet, an Hautkrebs zu erkranken – und zwar unabhängig von der UV-Strahlung. Dies betrifft zum Beispiel Menschen, deren Immunsystem aufgrund einer Organtransplantation nur „mit halber Kraft“ arbeitet, damit das übertragene Organ nicht abgestoßen wird. Betroffen sind aber auch Menschen mit bestimmten Erkrankungen (etwa Lymphome, HIV).

Wenn von diesen Risikofaktoren einer auf Sie zutrifft oder sogar mehrere, bedeutet das nicht zwangsläufig, dass Sie erkranken werden. Aber Ihr persönliches Risiko ist erhöht. Wenn Sie überlegen, ob Sie an Krebsfrüherkennungsuntersuchungen teilnehmen möchten oder nicht, können Sie dies berücksichtigen.

## Die häufigsten Hautkrebsarten

- Basalzellkarzinom
- Plattenepithelkarzinom (Stachelzellkarzinom)
- Malignes Melanom (schwarzer Hautkrebs)

Die aktuellen wissenschaftlichen Daten zeigen, dass die dauerhafte UV-Bestrahlung Plattenepithelkarzinome verursacht. Beim malignen Melanom sind es dagegen wechselnde (intermittierende) Bestrahlungen, also oft kurze intensive UV-Belastungen wie zum Beispiel Sonnenbäder im Urlaub. Für das Basalzellkarzinom kommen sowohl die dauerhafte als auch die wechselnde UV-Bestrahlung als Auslöser in Frage.

## Ihr persönlicher Beitrag

Hautkrebsvorstufen und der Hautkrebs selbst lassen sich ohne technische Hilfsmittel und Eingriffe sehen und fühlen. Daher können Sie sie frühzeitig und einfach erkennen. Betrachten Sie Ihre Haut – besonders die dem Licht ausgesetzten Bereiche – regelmäßig und achten Sie auf Veränderungen. Damit Sie nichts übersehen, ist es natürlich wichtig, dass Sie sich dafür ganz ausziehen.

Gerade bei bösartigen Erkrankungen der Haut, die sich äußerlich sichtbar entwickeln, bietet die regelmäßige Selbstbeobachtung eine große Chance, Krebs bereits in einem so frühen Stadium zu entdecken, dass er geheilt werden kann, bevor er sich ausbreitet und lebensbedrohlich wird.

Dies gilt vor allem für die gefährlichste Hautkrebsart, den schwarzen Hautkrebs. Achten Sie deshalb vor allem auf Ihre Pigmentmale.

## Sechs Signale, die auf schwarzen Hautkrebs hinweisen können

- Ein Pigmentmal ist deutlich dunkler – bis hin zu braun-schwarzer oder schwarzer Farbe; es hebt sich klar von anderen Pigmentmalen ab.
- Ein Pigmentmal ist in Form und / oder Farbe unregelmäßig.
- Ein Pigmentmal verändert die Farbe, wird heller oder dunkler.
- Ein Pigmentmal hat bereits einen Durchmesser von 2 mm erreicht.
- Nach jahrelangem Stillstand wächst ein Pigmentmal plötzlich wieder sichtbar.
- Sie spüren ein bestehendes oder neues Pigmentmal – zum Beispiel weil es brennt, juckt oder sogar blutet.

## Früh erkannt – heilbar

Das wichtigste Ziel der Früherkennungsuntersuchung auf Hautkrebs ist, dass weniger Menschen am malignen Melanom sterben. Ist bereits Hautkrebs entstanden und wird er früh entdeckt, sind die Operation weniger umfangreich und die medikamentöse Behandlung schonender. Rechtzeitig erkannt, lassen sich alle Hautkrebsarten gut behandeln und heilen.

## Hautkrebs-Screening

Die gesetzlichen Krankenkassen bieten Frauen und Männern ab 35 Jahren alle zwei Jahre eine standardisierte Untersuchung der gesamten Körperoberfläche (Hautkrebs-Screening) an.

Die Untersuchung können Sie bei Ärzten machen lassen, die an einer speziellen Fortbildung teilgenommen und eine entsprechende Genehmigung erhalten haben. Dazu gehören Hausärzte sowie Fachärzte für Haut- und Geschlechtskrankheiten (Dermatologen).

Ihr Arzt informiert Sie über die Ursachen von Hautkrebs und wie Sie sich davor schützen können. Er untersucht die Haut am ganzen Körper einschließlich der Kopfhaut. Für die Untersuchung benötigt Ihr Arzt keine Instrumente, sondern nur eine helle Lampe und sein geschultes Auge. Die Untersuchung ist schmerzfrei. Haben Sie das Screening bei einem Hausarzt durchführen lassen und hat er den Verdacht, dass Sie Hautkrebs haben könnten, wird er Sie zur Abklärung an einen Dermatologen überweisen. Das ist zunächst kein Grund zur Beunruhigung. Der Dermatologe führt die Untersuchung erneut vollständig durch. 80 von 100 Verdachtsfällen stuft er als harmlos ein.

Sollte der Dermatologe den Hautkrebsverdacht bestätigen, entnimmt er eine Gewebeprobe (Biopsie), die dann in einem Labor untersucht wird. Erst hier wird die gesicherte Diagnose gestellt. Der Dermatologe teilt Ihnen dann das Ergebnis der Laboruntersuchung – also Ihre Diagnose – mit. Hat er die Gewebeprobe wegen eines Verdachts auf ein malignes Melanom entnommen, bestätigt sich in etwa acht von zehn Fällen dieser Verdacht nicht. Sollten Sie aber die Diagnose Hautkrebs erhalten, wird Ihr Dermatologe mit Ihnen besprechen, wie Sie behandelt werden können.



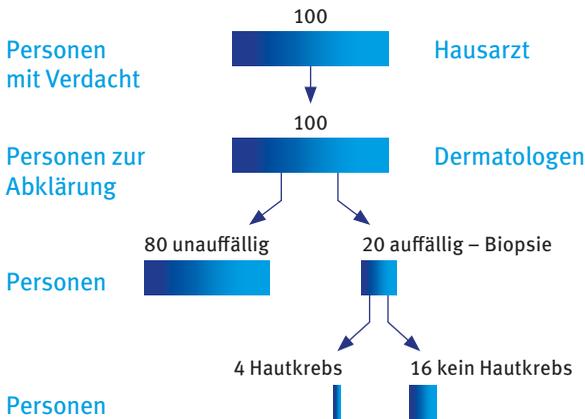
Von 100 Personen, die der Hausarzt mit Verdacht auf Hautkrebs an den Dermatologen überwiesen hat, werden 80 vom Dermatologen als unauffällig eingestuft. Bei 20 erfolgt die Gewebeentnahme. Bei 4 von diesen 20 wird Hautkrebs festgestellt. Das heißt: Bei 4 von 100 Menschen mit Verdacht wird tatsächlich Hautkrebs entdeckt.

Es gibt Hinweise, dass durch ein flächendeckendes Hautkrebs-Screening weniger Menschen an schwarzem Hautkrebs sterben. Genaue Zahlen, wie sich die Häufigkeit und Sterblichkeit von Hautkrebs bei Menschen verändern, die am bundesweiten Screening teilgenommen haben, liegen allerdings noch nicht vor.

---

## Verdacht auf Hautkrebs

---



---

### Vorteile

- Die Untersuchung der Haut durch den Arzt ist eine schmerzfreie Untersuchung.
- Es gibt Hinweise, dass durch ein flächendeckendes Hautkrebs-Screening weniger Menschen an schwarzem Hautkrebs sterben.
- Frühe Stadien können schonender behandelt werden.

### Risiken und Nebenwirkungen

- Da beim Hautkrebs-Screening die gesamte Haut untersucht wird, müssen Sie sich ganz entkleiden. Eventuell ist Ihnen das peinlich; dann müssen Sie ein gewisses Schamgefühl überwinden.
- Sollte Ihr Arzt bei der Untersuchung etwas Verdächtiges feststellen, wird ein Dermatologe Gewebe entnehmen. Dies geschieht mit örtlicher Betäubung. Je nach Ort und Größe muss die Wunde genäht werden, und es bleibt eine kleine Narbe zurück.

- Nur bei 4 von 100 Menschen, bei denen etwas Verdächtiges gefunden wird, bestätigt sich dieser Verdacht. Sie müssen also unter Umständen eine gewisse Zeit mit der Unsicherheit, vielleicht Krebs zu haben, leben.
- Es ist möglich, dass beim Screening ein Hautkrebs entdeckt und behandelt wird, der Sie eventuell in Ihrem weiteren Leben nicht belastet hätte. Hier spricht man von Überdiagnosen. Wie häufig diese vorkommen, ist bisher unbekannt. Die damit verbundenen Risiken sind eine Operationsnarbe und mögliche psychische Belastungen, die mit einer Krebsdiagnose einhergehen können.
- Keine Untersuchungsmethode ist zu 100 Prozent verlässlich. Trotz einer gewissenhaften und gründlichen Untersuchung kann es vorkommen, dass ein bösartiger Befund nicht diagnostiziert wird: Von zehn bösartigen Hautveränderungen werden etwa neun tatsächlich entdeckt, eine bleibt unerkannt.

Wenn Ihnen eine Veränderung an Ihrer Haut auffällt, sollten Sie unbedingt zu Ihrem Arzt gehen. Dieser untersucht dann die Stelle, unabhängig davon, wann Sie das letzte Mal beim Hautkrebs-Screening waren.

### Empfehlung

Aus Sicht der Deutschen Krebshilfe ist nach allen bisher vorliegenden Daten das Hautkrebs-Screening für Frauen und Männer ab 35 Jahren eine sinnvolle Maßnahme zur Früherkennung von Hautkrebs. Die möglichen Beeinträchtigungen durch eine Überdiagnostik beim Hautkrebs-Screening schätzt die Deutsche Krebshilfe gegenüber den Vorteilen einer Früherkennung als gering ein.

Auf unserer Internetseite finden Sie viele zusätzliche Informationen, besonders auch solche, wie Sie Ihre Haut vor UV-Strahlung schützen können.

## Deutsche Krebshilfe Helfen. Forschen. Informieren.

- Information und Aufklärung über Krebserkrankungen sowie die Möglichkeiten der Krebsvorbeugung und -früherkennung
- Verbesserungen in der Krebsdiagnostik
- Weiterentwicklungen in der Krebstherapie
- Finanzierung von Krebsforschungsprojekten / -programmen
- Bekämpfung der Krebskrankheiten im Kindesalter
- Förderung der medizinischen Krebsnachsorge, der psychosozialen Betreuung einschließlich der Krebs-Selbsthilfe
- Hilfestellung, Beratung und Unterstützung in individuellen Notfällen

Die Deutsche Krebshilfe finanziert ihre Aktivitäten ausschließlich aus Spenden und freiwilligen Zuwendungen der Bevölkerung. Öffentliche Mittel stehen ihr nicht zur Verfügung. Die Spendenbereitschaft der Bürgerinnen und Bürger hilft der Deutschen Krebshilfe, diese Aufgaben zu erfüllen sowie richtungweisende Projekte und Initiativen zur stetigen Verbesserung der Versorgung krebserkrankter Menschen zu finanzieren.

**SPENDENKONTO**  
**KREISSPARKASSE KÖLN**  
**IBAN DE65 3705 0299 0000 9191 91**  
**BIC COKSDE33XXX**

### **Stiftung Deutsche Krebshilfe**

Buschstraße 32 53113 Bonn

Tel: 02 28 / 7 29 90-0 (Mo bis Fr 8 – 17 Uhr)

Fax: 02 28 / 7 29 90-11

E-Mail: [deutsche@krebshilfe.de](mailto:deutsche@krebshilfe.de)

Internet: [www.krebshilfe.de](http://www.krebshilfe.de)

### **INFONETZ KREBS**

Tel: 0800 / 80 70 88 77 (Mo bis Fr 8 – 17 Uhr)

E-Mail: [krebshilfe@infonetz-krebs.de](mailto:krebshilfe@infonetz-krebs.de)

Internet: [www.infonetz-krebs.de](http://www.infonetz-krebs.de)