

Nachgefragt

BIBERACH (bvl) - Gestern ist „Euro-Melanom-Tag“ gewesen. Europa-weit haben Hautärzte auf die Gefahr von Hautkrebs aufmerksam gemacht. Die SZ sprach mit der Biberacher Dermatologin Dr. Ursula Steinert, die zusammen mit sechs Kollegen aus Biberach, Laupheim und Ehingen über die Risiken von Melanomerkrankungen aufklärte.

Solariumbesuche sind tabu

Frau Dr. Steinert, weshalb nehmen die Hautkrebserkrankungen zu?

Die Ursache liegt in der erhöhten Sonnenbelastung, der sich die Menschen in den vergangenen Jahrzehnten ausgesetzt haben und der sie sich weiter aussetzen.

Wer ist besonders gefährdet?

Helle Typen mit blauen Augen, blonden Haaren und heller Haut haben ein höheres Risiko, an Hautkrebs zu erkranken, aber auch dunkle Typen, die schlechter bräunen. Außerdem erhöhen Sonnenbrände im Kindesalter das Risiko.

Wie kann man vorbeugen?

Man sollte sich so wenig wie möglich der Sonne aussetzen. Wichtig ist, entsprechende Kleidung zu tragen, den Aufenthalt im Schatten vorzuziehen und sich mit Sonnenschutzmittel einzucremen.



Ursula Steinert

Aber bei Kindern heißt es doch immer, sie brauchen Sonne, zur Vitamin-D-Bildung...

Was die Vitamin-D-Versorgung angeht, reicht es aus, im Winter Gesicht und Handrücken zehn Minuten der Sonne auszusetzen.

Kinder wie Erwachsene wollen an die frische Luft, in die Sonne. Was also tun?

Natürlich muss man jetzt nicht im Keller sitzen. Aber es gilt darauf zu achten, dass man keinen Sonnenbrand bekommt. Das heißt: sich nicht der prallen Sonne aussetzen, die Zeit zwischen 10 und 15 Uhr im Schatten oder im Haus zu verbringen.

Sollte man sich auch eincremen, wenn man nur zum Bäcker geht?

Zum Brötchen holen braucht man sicher kein Sonnenschutzmittel. Aber wer in der Sonne Sport treibt, wer radelt, joggt oder mit dem Kinderwagen unterwegs ist, sollte sich schützen.

Wie oft sollte man seine Haut vom Arzt untersuchen lassen?

Die deutsche dermatologische Gesellschaft empfiehlt Menschen, die mehr als 50 Muttermale haben, die in Farbe und Größe unterschiedliche Muttermale haben, diese einmal pro Jahr vom Facharzt anschauen zu lassen. Wenn sich ein Muttermal in Farbe, Dicke und Größe verändert oder wenn es juckt, sollte man ebenfalls zum Arzt gehen. Ab Sommer wollen die Krankenkassen alle zwei Jahre die Kosten für eine vorbeugende Untersuchung für Menschen ab 35 Jahren übernehmen. Wir Ärzte halten das für zu wenig: Die Untersuchung muss jährlich erfolgen und auch nicht erst ab 35 Jahren.

Und was, wenn man nur wenige Muttermale hat?

Ich empfehle auch diesen Patienten, einmal im Jahr ihre Muttermale kontrollieren zu lassen. Denn dem Patienten fallen Veränderungen oft nicht auf.

Sind Solariumbesuche tabu?

Absolut. Wir werden heute älter und belasten uns mit mehr Sonne. Wieso also noch künstlich UV-Belastung draufsetzen? Dafür gibt es keinen Grund. Wer einmal in der Woche ins Solarium geht, hat fast zwei Monate Sonnenbestrahlung mehr pro Jahr. Wir Dermatologen raten vom Besuch des Solariums ab.