

# Haut-Check: Lieber zu viel als zu wenig

**HAUTKREBS** Die mit Abstand häufigste Krebsform ist von aussen sichtbar und häufig heilbar. Aber dazu gehört auch Eigenverantwortung.

HANS GRABER  
hans.graber@luzernerzeitung.ch

Rund jeder dritte Schweizer ist im Laufe seines Lebens von Hautkrebs betroffen, wobei die meisten Hautkrebsfälle nicht lebensbedrohlich sind. Am meisten gefürchtet ist das maligne Melanom, auch schwarzer Hautkrebs genannt. Es wird fälschlicherweise oft gleichgesetzt mit jeder Form von Hautkrebs, obwohl das maligne Melanom «nur» einen kleinen Teil aller Hautkrebsfälle ausmacht. Weitaus häufiger ist weisser oder heller Hautkrebs, wobei auch diese Bezeichnung problematisch ist, denn auch weisser Hautkrebs kann sich farblich ganz verschieden zeigen.

## 2400 Melanome jährlich

Schwarzer Hautkrebs wird – in mehreren möglichen Erscheinungsformen – in der Schweiz jährlich bei rund 2400 Menschen diagnostiziert. Besonders tückisch ist er, weil er im Gegensatz zu den anderen Hautkrebsarten über Lymph- oder Blutbahnen relativ schnell Ableger in anderen Organen (Metastasen) verursachen kann. Dann wird eine Heilung schwierig. Jährlich sterben in der Schweiz rund 300 Menschen an einem Melanom.

Das sehr häufige, zum weissen Hautkrebs zählende Basaliom metastasiert in der Regel nicht (in weniger als 1 von 1000 Fällen). Es kann aber umliegendes Gewebe zerstören, und weil er häufig in der Kopffregion auftritt, können Augen, Nase oder Ohren in Mitleidenschaft gezogen werden. Anders verhält sich das sogenannte Spinaliom (Plattenepithelkarzinom), ebenfalls ein weisser Hautkrebs, der ab einer gewissen Grös-



Erst ein Blick durchs Auflichtmikroskop kann einen Hautkrebs-Verdacht erhärten oder entschärfen.

Getty

se in die regionalen Lymphknoten streuen kann. Die Entwicklung eines Plattenepithelkarzinoms kann man vermeiden, indem man dessen Vorstufen (Aktinische Keratosen) behandelt. Dazu stehen erfreulicherweise viele nicht-operative Methoden zur Verfügung.

## Nicht wochenlang warten

Hautkrebs, egal welcher Art, hat gegenüber anderen Krebsarten zumindest einen positiven Aspekt: Er ist von aussen sichtbar. «Hautkrebs wird mehrheitlich von Betroffenen selber oder ihren engsten Angehörigen entdeckt», sagt Anja Wysocki, Leitende Ärztin an der Klinik für Dermatologie und Venerologie des Luzerner Kantonsspitals. Zwar können Laien nicht selber sagen, ob es sich bei einer auffälligen Hautveränderung wirklich um Krebs handelt. Wichtig aber ist, dass man bei einem entsprechenden Verdacht nicht lange zuwartet. «Auf ein paar Tage mehr oder weniger kommt es nicht an, und zum Notarzt muss man nicht», sagt Anja Wysocki, «aber wochenlanges Zögern kann verhängnisvoll sein.» Auch wenn es ein Fehlalarm sein sollte: «Lieber einmal zu viel als zu wenig zum Arzt.» Wird es früh erkannt und behandelt, kann selbst ein Melanom meist in Schach gehalten werden.

## Laien sind überfordert

Früherkennung ist allerdings nicht so einfach. Gerade Menschen mit Dutzen-

den von Muttermalen (Leberflecken) am Körper bemerken nicht jede Veränderung ihrer Haut. Und wenn sie etwas bemerken, können sie kaum selber beurteilen, ob sich dahinter etwas Bösartiges verbirgt. Krebs kann sowohl aus bestehenden Muttermalen wie auch auf



«Mehrheitlich wird Hautkrebs entdeckt von Betroffenen selber oder ihren nahen Angehörigen.»

DR. MED. ANJA WYSOCKI,  
LUZERNER KANTONSSPITAL

normaler Haut entstehen. Zwar gibt es die ABCDE-Regel, wobei A für Asymmetrie, B für Begrenzung, C für Color (Farbe), D für Durchmesser und E für Erhabenheit/Entwicklung steht. Verdächtig sind bei A ungleichmässige Formen, bei B verschwommene und gezackte Ränder, bei C unterschiedliche

Färbungen, bei D Durchmesser von über fünf Millimetern und bei E gewölbt und in kurzer Zeit entstanden.

So weit, so gut, doch auch dann, wenn man zu den Regeln noch Abbildungen hat, was bösartig ist und was nicht, ist das nur beschränkt hilfreich. Furcht erregende Formen in verschiedensten Farben samt pechschwarzen Anteilen können beispielsweise auch harmlose Alterswarzen annehmen, von denen fast jeder Mensch ab 50 Jahren, teils auch schon ab 40, betroffen ist.

Gewissheit bringt nur ein Gang zum Haus- oder zum Hautarzt. Erst die Betrachtung einer Hautveränderung durch das Auflichtmikroskop (Dermatoskop) kann einen Verdacht erhärten – oder hoffentlich eben nicht. Bleibt Ungewissheit bestehen, ist eine pathologische Untersuchung des Gewebes angezeigt.

## Diagnose per App geht nicht

Die neue Möglichkeit, verdächtige Hautpartien mit dem Smartphone zu fotografieren und das Foto zur Begutachtung einzuschicken, ist unter Fachleuten umstritten. Anja Wysocki: «Es ist sicher gut, wenn die Leute dank solchen Apps überhaupt für das Thema Hautkrebs sensibilisiert werden, aber eine seriöse Diagnose lässt sich auf diesem Weg nicht machen, dazu muss man den Patienten ganz untersuchen können und die Vorgeschichte kennen.» Hingegen ist die digitalisierte Dokumentation

## Hautkrebstage

**AKTION** Die Schweizer Gesellschaft der Dermatologen und Venerologen will vom 12. bis 16. Mai die Bevölkerung fürs Thema Hautkrebs sensibilisieren. Angeboten werden Gratis-Checks der Haut, allerdings ist die Beteiligung der Ärzte eher bescheiden. Die Termine im Luzerner Kantonsspital und in der Swisana Clinic Meggen waren nach dem Hinweis in der letzten «Zentralschweiz am Sonntag» schnell ausgebucht. Die einzige verbleibende Möglichkeit in der Zentralschweiz bietet sich im Dermacenter Küssnacht am Montag, 12. Mai (ganztags, keine Voranmeldung nötig). Weitere Infos zur Aktion: [www.melanoma.ch](http://www.melanoma.ch). Und sollte es nicht klappen: Verdächtige Hautveränderungen kann (und sollte man!) das ganze Jahr über auch jedem Hausarzt zeigen.

(etwa mit dem Foto-Finder) beim Dermatologen als Teil der Untersuchung bei Risikopatienten inzwischen unverzichtbar. Hier können minimale Veränderungen früh erkannt und unnötige Operationen verhindert werden.

Nicht selten vermuten Laien «etwas Bösartiges» einfach an der auffälligsten Hautpartie, übersehen aber einen wirklichen Gefahrenherd an einem anderen Ort des Körpers. Das ist auch der Grund, weshalb der jährlich von Dermatologen angebotene Gratis-Hautcheck nun modifiziert durchgeführt wird. Bislang nahmen die Ärzte meist nur jene Stelle unter die Lupe, die dem Patienten verdächtig erschien. Neu wird ein kurzer Ganzkörpercheck gemacht. Das erfordert mehr Zeit – und hat den Nachteil, dass weniger Leute vom Gratis-Check profitieren können. Im Raum Luzern sind nach unserer Nachricht vom letzten Sonntag die meisten Anlaufstellen bereits ausgebucht (siehe Kasten oben).

## Risikofaktoren

Und auch wenn es nichts werden sollte mit dem Gratis-Check: Warten Sie nicht bis nächstes Jahr. Zeigen Sie verdächtige Hautveränderungen dem Hausarzt oder – wenn Sie über eine entsprechende Krankenversicherung verfügen – einem Facharzt (die Dermatologie des Luzerner Kantonsspitals benötigt eine Zuweisung durch den Hausarzt). Speziell gilt das für Menschen mit einem erhöhten Hautkrebs-Risiko. Dazu zählen unter anderem

- mehr als 50 Muttermale (Leberflecken, Nävuszellnävi);
- helle Haut, blonde und rotblonde Haare, blaue Augen, Sommersprossen;
- schwere Sonnenbrände, vor allem in der Kindheit und Jugend;
- Melanom in der Familie.

## ANZEIGE



### Gesund essen (aber es schmeckt und ist schnell gekocht)

**Gut essen, das ist uns so wichtig, dass wir sogar unsere Akupunktur-StudentInnen zuallererst in den Kochkurs schicken. Und der ist ziemlich sicher auch etwas für Sie.**

Es ist kein Rahmschnittzeli-Kochkurs, sondern es geht um Abwechslung und die 5 Elemente. «Kochen Basis» steht allen offen, die sich und ihrer Familie jeweils etwas Gesundes (und Gutes) kochen wollen, und zwar schnell. Sie erfahren dabei Wesentliches über die Konzepte der TCM: die 5 Elemente, die Wandlungsphasen, den Dreifach-Erwärmer. Und lernen neuste ernährungswissenschaftliche Erkenntnisse kennen.

Vier Abende. Sie und die anderen TeilnehmerInnen stehen am Herd. Weniger mit Notizblock und Stift lernen Sie hier, sondern mit Rüstmesser und Kochlöffel, und dann essen Sie gemeinsam. Das Rezeptbuch «Essen Z aus der Küche» erhalten Sie zum Studentenpreis, und so sind Sie bereit für den Alltag.

Kochen Basis startet zum Beispiel diesen Mittwoch, 18.45 Uhr. Oder Sie kommen erst einmal an unseren Infoabend, kostenlos, diesen Freitag, 9. Mai, 20.15 Uhr; Details auf [www.heilpraktikerschule.ch](http://www.heilpraktikerschule.ch).

Heilpraktikerschule Luzern  
Gesegnetmattstrasse 14  
6006 Luzern  
041 418 20 10  
[www.heilpraktikerschule.ch](http://www.heilpraktikerschule.ch)

**Infoabend**  
Freitag, 9. Mai  
20:15 Uhr

[www.heilpraktikerschule.ch](http://www.heilpraktikerschule.ch)

## Hautkrebs-Behauptungen: Was stimmt effektiv?

**THESEN** In der Bevölkerung kursieren verschiedene Meinungen und Behauptungen zum Thema Hautkrebs. Wir unterbreiteten verschiedene Thesen einem Experten und fragten ihn, was richtig ist und was falsch.

**Behauptung: Bei schwarzem Hautkrebs ist ein Teil der auffälligen Hautveränderung immer schwarz.**

**Jürg Hafner:** Falsch. In etwa 5 Prozent der Fälle ist der schwarze Hautkrebs normal hautfarben oder «pink». Wir möchten die Bevölkerung eben genau vermehrt dafür sensibilisieren, auch bei einem rasch wachsenden, pinkfarbenen Hautknoten oder bei jeder neuen Hautveränderung, die blutet, den Arzt rasch aufzusuchen. Dahinter kann sich ein farbloses knotiges Melanom verbergen.

**Behauptung: Schwarz heisst grundsätzlich bösartig.**

**Hafner:** Sehr häufig zwar, aber nicht immer. Schwarz kann zum Beispiel auch ein Blutschwamm mit gestocktem, geronnenem Blut als Inhalt sein (thrombosiertes Hämangiom). Aber «Schwarz» ist schon ein wichtiges Alarmzeichen.

**Behauptungen: Schnell wachsende**

**Hautveränderungen sind in aller Regel nicht bösartig.**

**Hafner:** Häufig ist das zwar so, aber nicht immer. Und «schnell wachsend» ist durchaus eines der wichtigsten Alarmzeichen, auch wenn es nicht absolut mit bösartig gleichgesetzt werden kann.

**Behauptung: Je grösser der Durchmesser der sichtbaren Hautveränderung ist, um so gefährlicher ist sie.**

**Hafner:** Im Grossen und Ganzen trifft das zu. Für das Spinaliom geht man davon aus, dass ab einem Durchmesser von 2 Zentimeter das biologisch aggressive Verhalten mit damit verbundener Metastasierungsgefahr zunimmt. Bei den Melanomen ist es so, dass die meisten dieser Tumore bei der Entfernung zwischen 5 und 10 Millimeter messen, es gibt aber auch Melanome, die bereits bei einem Durchmesser von 3 Millimetern entdeckt werden, und andere erst bei über 2 Zentimetern!

**Behauptung: Dunkelhäutige Menschen und Schwarzhaarige sind weniger von Hautkrebs betroffen.**

**Hafner:** Ja, sogar viel weniger. Weisser Hautkrebs kommt bei dunkelhäutigen Menschen in Asien oder Afrika kaum

vor. Das Melanom tritt fast nur in Form des sogenannten akral-lentiginösen Melanoms (Fusssohlen, Zehen, Zehennägel, Finger, Fingernägel) auf. Dieser Typ hat nichts mit der UV-Strahlung der Sonne zu tun. Man kennt den Auslöser nicht. Der Reggae-Musiker Bob Marley starb daran.

**Behauptung: Sonnenbrände sind vor allem für Kinder und Jugendliche gefährlich. Bei älteren Menschen ist das nicht mehr so schlimm.**

**Hafner:** Das stimmt nur sehr bedingt. Sonnenbrände sind niemals gut für die Haut, vor allem sehr starke, blasige Sonnenbrände. Was richtig ist: Bei Kindern sind Sonnenbrände noch fataler als bei Erwachsenen.

**Behauptung: Ein Dermatologe sieht sofort, ob es etwas Bösartiges ist.**

**Hafner:** Nicht ganz. Ein Dermatologe kann dank seiner Berufserfahrung und seinem geschulten Auge verdächtige Hautveränderungen zwar rasch erkennen. Aber auch ein Dermatologe braucht die histologische Bestätigung seiner Diagnose. In rund 90 Prozent der Fälle bestätigt sich sein Verdacht, in etwa 10 Prozent liegt aber auch er falsch.

**Behauptung: Am ehesten entsteht Hautkrebs am Rücken und am Kopf.**

**Hafner:** Nein. Die häufigeren schwarzen Hautkrebs-Formen (superfiziell spreitendes Melanom und noduläres Melanom) bilden sich öfter am Oberkörper und an den Extremitäten. Der schwarze Hautkrebs vom etwas selteneren LMM-Typ (lentigo-maligna Melanom) und die beiden weissen Hautkrebstypen entstehen überwiegend (80 Prozent) im Gesicht und bei Personen mit gelichtetem Haar auf der Glatze.

**Behauptung: Bei Hautkrebs juckt und beisst die betroffene Stelle.**

**Hafner:** Sehr oft, ja. Juckreiz ist ein häufiges Symptom von Hautläsionen, die sich als Hautkrebs erweisen. Allerdings ist Juckreiz kein spezifisches Hautkrebs-Symptom. Es gibt jede Menge andere Hautläsionen, die ebenfalls jucken.

INTERVIEW HANS GRABER

## HINWEIS

\* Prof. Dr. med. Jürg Hafner ist Präsident der Schweizerischen Gesellschaft für Dermatologie und Venerologie (SGDV). Er ist Leitender Arzt an der Dermatologischen Klinik des Universitäts-Spitals Zürich.