



Bei einem Hautkrebs-Screening untersuchen Ärzte die Haut nach auffälligen Stellen. Die Kasse zahlt die Leistung alle zwei Jahre

Die Haut im Blick

Wir freuen uns alle auf den Sommer. Doch zu viel Sonne kann gefährlich werden. Jedes Jahr erkranken 280 000 Menschen in Deutschland an Hautkrebs. Wie Sie sich schützen können und welche Therapien kleine Wunder bewirken

80%
der Bundesbürger
versuchen sich vor zu
hoher UV-Strahlung –
häufigster Auslöser für
Hautkrebs – zu schüt-
zen, etwa indem sie
Sonnensonne verwenden

Quelle: YouGov-Studie in Kooperation
mit dem Sinus-Institut, 2019



Dr. Peter Mohr,
Chefarzt des Dermato-
logischen Zentrums
Buxtehude und
Mitglied im wissen-
schaftlichen Beirat der
Deutschen Krebshilfe



Prof. Eckhard Breitbart,
Vorsitzender der Arbeits-
gemeinschaft Dermatolo-
gische Prävention



Dr. Guido Bruning,
Leiter des Zentrums für
Hautkrebs im Tabea-Kran-
kenhaus in Hamburg

Ein kleiner bräunlicher Fleck mitten am Schienbein. So groß wie ein Fingernagel. Wahrscheinlich nur ein neues Muttermal, dachte Monika Holst. Die Kundenbetreuerin aus Hamburg ging trotzdem sicherheitsshalber zu ihrem Hautarzt, der das verdächtige Gewebe herauschnitt und es zur Untersuchung ins Labor schickte. Monika Holst hörte nichts mehr von der Praxis und hakte das Thema ab. Bis zu diesem Frühjahr, drei Jahre später – der Fleck hatte sich verändert. Erneut ging sie zum Hautarzt. Die Diagnose: weißer Hautkrebs.

„So unscheinbar eine Hautveränderung auch sein mag, wer etwas Auffälliges entdeckt, sollte immer zügig zum Dermatologen gehen“, betont Dr. Peter Mohr, Chefarzt des Dermatologischen Zentrums Buxtehude.

Jedes Jahr erkranken in Deutschland rund 280 000 Menschen an Hautkrebs. Man unterscheidet zwischen weißem und schwarzem Hautkrebs (malignes Melanom). In den meisten

Fällen – bei rund 260 000 Patienten – handelt es sich um weißen Hautkrebs. So auch bei Monika Holst. Die heute 44-Jährige hatte ein sogenanntes Basalzell-Karzinom. Es ist der häufigste Hauttumor in Deutschland. Die gute Nachricht: Früh erkannt, ist er gut heilbar.

Das Risiko steigt im Alter

Das Basalzell-Karzinom entwickelt sich ohne Vorstufen und kann sehr unterschiedlich aussehen (siehe Kasten Seite 76). Es bildet zwar nur sehr selten Metastasen, also bösartige Wucherungen an anderen Stellen im Körper, kann aber in einigen Fällen in umliegendes Gewebe oder in Knochen und Knorpel hineinwachsen.

Monika Holst hatte Glück: Bei ihr hatte der Krebs nicht gestreut. Der Fleck wurde operativ entfernt. Nach zwei Nächten im Krankenhaus durfte sie wieder nach Hause. Seitdem ist die Hamburgerin tumorfrei.

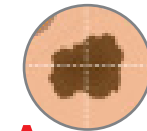
Das Risiko, an weißem Hautkrebs und speziell an einem Basalzell-Karzinom zu erkranken, steigt mit dem Alter.



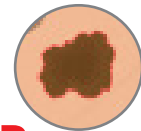
„Seine Haut regelmäßig selbst zu kontrollieren – das ist für mich heute selbstverständlich.“

Monika Holst (44) erhielt vor drei Jahren die Diagnose weißer Hautkrebs

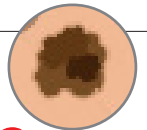
Die Haut im Blick
Mit der ABCDE-Regel sollten Sie mindestens einmal im Monat selbst Ihre Haut kontrollieren



Asymmetrie
Hat der Hautfleck eine unregelmäßige Form?



Begrenzung
Sind die Ränder unscharf oder gezackt?



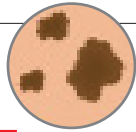
Colorit
Hat der Fleck eine ungewöhnliche oder unregelmäßige Farbe, etwa hellere bzw. dunklere Bereiche?

Das Geschlecht spielt dabei keine Rolle. Frauen und Männer ab dem 40. Lebensjahr sind gleichermaßen betroffen. Auslöser sind vor allem ausgiebige Sonnenbäder und -brände in Kindheit und Jugend. Denn die UV-Strahlung schädigt das Erbgut in den Zellkernen der Haut. „Diese Schäden summieren sich im Laufe eines Lebens“, erklärt der Hautarzt Prof. Eckhard Breitbart, Vorsitzender der Arbeitsgemeinschaft Dermatologische Prävention. „Die Haut vergisst nichts und irgendwann ist das persönliche Sonnenschaden-Konto voll.“ Die Folge: Die Zellen entarten und fangen an zu wuchern. Hautkrebs entsteht.

Besonders gefährdet für weißen Hautkrebs sind Menschen mit sehr heller Haut (Typ 1 und 2), hellen Augen, roten oder blonden Haaren sowie einer erblichen Vorbelastung. Aber auch Rauchen und die dauerhafte Einnahme starker Medikamente, die das Immunsystem schwächen, sind mögliche Auslöser. Seit Kurzem weiß man zudem aus Studien, dass der Wirkstoff Hydrochlorothiazid (kurz HCT), der in vielen Mitteln gegen Bluthochdruck enthalten ist, das Risiko stark erhöht, weißen Hautkrebs zu entwickeln. „Bluthochdruck-Patienten sollten den Beipackzettel ihres Medikaments genau lesen und ihren Arzt darauf ansprechen“, rät Dr. Guido Bruning, Leiter des Zentrums für Hautkrebs im Tabea-



Durchmesser
Misst der Fleck an der breitesten Stelle mehr als fünf Millimeter?



Erhabenheit
Ragt der Hautfleck hervor? Hat er sich in letzten drei Monaten verändert?

Krankenhaus in Hamburg. „Es gibt genug alternative Präparate, die man stattdessen einnehmen kann.“ Nur eines sollte man auf keinen Fall tun: „Das Medikament einfach ohne ärztliche Rücksprache absetzen.“

Ein regelmäßiges Screening beim Hautarzt ist eine gute Vorsorge und hilft beim frühzeitigen Erkennen von Hautkrebs – egal, ob es sich um schwarzen oder weißen handelt. Dabei untersucht der Arzt mit Lupe oder Mikroskop zuerst aufmerksam die Haut. Gibt es Auffälligkeiten, entnimmt er eine Gewebeprobe. Auch bildgebende Verfahren wie Ultraschall können bei einem Verdacht zum Einsatz kommen, um tief liegende Hautschichten zu untersuchen – und um sicherzugehen, dass die umliegenden Lymphknoten nicht befallen sind. Haben sich Tumore gebildet, werden sie bei einer Operation entfernt. Davor oder danach gibt es je nach Diagnose eine Strahlenbehandlung. Wichtig: Leberflecken sind in der Regel gutartige Wucherungen. Sie müssen nicht zwangsläufig rausgeschnitten werden, aber man sollte sie genau untersuchen – das kann jeder selbst tun.

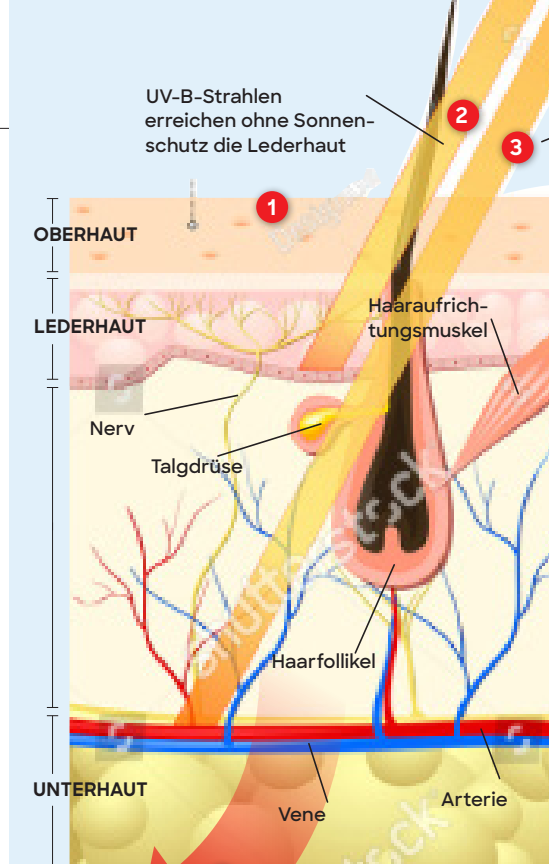
Die Haut gut beobachten

Hautärzte empfehlen, mindestens einmal im Monat die eigene Haut gründlich zu kontrollieren (s. Kasten oben). Vor allem die sogenannten Sonnenterrassen sind dabei wichtig:

- Ohren
- Gesicht
- Hände
- Unterarme
- Nacken
- Kopf (v. a. bei dünnem Haar oder Glatze)

Nicht vergessen: Achseln, Fußsohlen, Zehenzwischenräume und die Stellen unter den Zehennägeln prüfen! Auch beim Sonnenschutz ist Eigeninitiative

ve gefragt: „Meiden Sie im Sommer die Mittagssonne, sorgen Sie für entsprechende Kleidung – Sonnenhut mit breiter Krempe, T-Shirt, halblange Hose und Schuhe, die den Fußrücken bedecken – und cremen Sie sich immer gut ein. Das sind wesentliche Eckpfeiler im Schutz vor Hautkrebs“, rät Prof. Breitbart. Zwei Milligramm Creme pro Quadratzentimeter Haut →



SO ENTSTEHT HAUTKREBS

Hautzellen wachsen in der untersten Schicht der Oberhaut und dringen fortlaufend aufwärts, indem neue Zellen ältere nach oben drücken. **1** Ohne Sonnenschutz dringen UV-B-Strahlen bis zur Lederhaut durch. **2** UV-A-Strahlen sogar bis zur Unterhaut. **3** Beide Strahlen stören den Ablauf des gesunden Hautwachstums und können so Hautkrebs auslösen. **4** Bei schwarzem Hautkrebs sind es die pigmentbildenden Zellen (Melanozyten), die bösartig mutieren. Bei weißem Hautkrebs die hornbildenden Zellen (Keratinocyten).



Regelmäßig zur Vorsorge

Gesetzliche Kassen zahlen ab dem 35. Geburtstag alle zwei Jahre ein Hautkrebs-Screening. Manche Kassen übernehmen die Kosten schon ab dem 20. Lebensjahr, andere bezuschussen die Untersuchung auch jährlich – fragen Sie bei Ihrer Kasse nach.
Wird beim Screening eine verdächtige Hautveränderung entdeckt, bezahlen die Kassen in der Regel das Entfernen.

→ sind nötig, um einen wirksamen UV-Schutz mit dem angegebenen Lichtschutzfaktor zu erreichen. „Allein für das Gesicht entspricht das einem gehäuften Teelöffel voll“, so der Experte. Für den ganzen Körper braucht ein Erwachsener ca. acht bis zwölf Teelöffel.

Martina Kiehl aus Neu Wulmstorf in Niedersachsen hat so gut wie nie ausgiebigen Sonnenbäder genommen. Allerdings hat die 61-Jährige viele Leberflecken – ein Risiko-Faktor für schwarzen Hautkrebs. Als sie wegen anderer Beschwerden in die Hautarzt-Praxis geht, erwähnt sie auch das Muttermal auf ihrem Rücken. „Es hatte in der Nacht wohl ge-



Entdecken Ärzte beim Hautkrebs-Screening eine auffällige Stelle, entnehmen sie Gewebeprobe

blutet. Morgens war ein roter Fleck auf meinem Nachthemd.“

Schnelles Handeln gefragt

Martina Kiehl bittet ihre Dermatologin, sich das Muttermal doch mal kurz anzusehen. Diese greift zur Lupe, betrachtet die Stelle und sagt dann sehr bestimmt: „Darum kümmern wir uns sofort.“ Umgehend or-

ganisiert die Medizinerin einen Termin für den nächsten Tag in der Hautklinik. Sechs Hautärzte schauen sich das Muttermal von Martina Kiehl an, besprechen sich. Nach einem Blick auf den OP-Plan beschließen sie, die damsl 45-jährige Sekretärin noch am selben Tag zu operieren und das Muttermal zu entfernen. Eine richtige Entschei-

DIE ARTEN VON HAUTKREBS

Am häufigsten tritt der weiße Hautkrebs auf, der schwarze ist der aggressivere

WEISSER HAUTKREBS

Risikofaktoren:

- fortgeschrittenes Alter
- heller Hauttyp
- blonde oder rote Haare
- helle Augen
- familiäre Vorbelastung
- häufiges Sonnenbaden
- Rauchen
- schwaches Immunsystem

Merkmale:

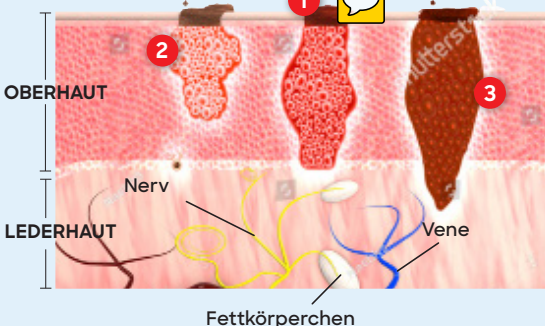
- Basalzell-Karzinom ①
- häufigste Art von Hautkrebs (80%)
- Basalzellen knapp unterhalb der Oberhaut vermehren sich unkontrolliert
- wächst langsam
- früh erkannt gute Heilungschancen
- narbenähnliche Hautveränderungen
- wie ein Pickel bzw. rötliche kleine Warze oder

→ Plattenepithel-Karzinom ②

- zweithäufigste Form von weißem Hautkrebs (betrifft von 260 000 Fällen bis 1 000 000)
- seit 2015 als Berufskrankheit anerkannt
- entsteht aus einer gutartigen

aktinischen Keratose (Vorstufe von Krebs in oberster Hautschicht): gerötete, raue Haut

- bei Nicht-Behandlung einer aktinischen Keratose entsteht in jedem 10. Fall ein Plattenepithel-Karzinom: knotiger, verhornter Hautfleck, der oft blutet



SCHWARZER HAUTKREBS

(malignes Melanom ③)

Risikofaktoren:

- fortgeschrittenes Alter
- viele Leberflecken
- familiäre Vorbelastung
- häufiges Sonnenbaden

Merkmale:

- gefährlichste Art von Hautkrebs
- bildet schnell Metastasen
- früh erkannt gute Heilungschancen
- brauner Fleck, der oft blutet



DIE HAUT RICHTIG SCHÜTZEN

- ✓ **Halten Sie sich vorwiegend im Schatten auf, nicht in der Sonne**

- ✓ **Die Mittagssonne zwischen 11 und 15 Uhr möglichst meiden**

- ✓ **Schützen Sie Ihren Kopf mit einem Hut oder einer Kappe**

- ✓ **Benutzen Sie in den Sommermonaten einen hohen Lichtschutzfaktor, am besten LSF 50**

✓ **Damit die Sonnencreme wirkt, möglichst 30 Minuten vor Verlassen des Hauses auftragen**

✓ **UV-Strahlen dringen auch durch Fensterscheiben. Deshalb auch vor langen Autofahrten eincremen, oder wenn Sie oft und lange an einem Fensterplatz sitzen**

dung, denn der Verdacht bestätigt sich: schwarzer Hautkrebs. Weitere Untersuchungen zeigen, dass sich zum Glück noch keine Metastasen gebildet haben. „Meiner Hautärztin bin ich unendlich dankbar, dass sie damals so schnell reagiert hat“, sagt Martina Kiehl. Sie engagiert sich seitdem für das Hautkrebs-Netzwerk Deutschland (www.hautkrebs-netzwerk.de)

Die Diagnose Schwarzer Hautkrebs –maliges Melanom – bekommen in Deutschland jedes Jahr mehr als 20 000 Menschen. Die Krankheit wird so genannt, weil das Melanom in den pigmentbildenden Hautzellen (Melanozyten) entsteht und somit meist eine dunkle Färbung aufweist (s. Infografik links). Wie auch beim weißen Hautkrebs erhöhen Alter und ausgiebige Sonnenbäder das Risiko. Der schwarze Hautkrebs kann schnell Metastasen bilden, ist aber – früh erkannt – wie der weiße Hautkrebs gut heilbar. „Schwarzer Hautkrebs hat in den vergangenen zehn Jahren viel von seinem Schrecken verloren“, sagt der Dermatologe Dr. Peter Mohr. Grund dafür sind zwei neue Behandlungsansätze: Bei einer gezielten Therapie (auch Targeted Therapy ge-

nannt) greifen neue Wirkstoffe, sogenannte BRAF- und MEK-Inhibitoren, in den Stoffwechsel der Tumorzellen ein und bremsen deren Wachstum. Bei einer Immuntherapie wiederum bekommen Patienten Antikörper, z. B. Nivolumab, sie versetzen das Abwehrsystem wieder in die Lage, Tumorzellen als solche zu erkennen und sie zu bekämpfen.

Moderne Therapien

Rüdiger Maikranz aus Stade in Niedersachsen ist dankbar für die Fortschritte in der Krebsmedizin. 2017, mit gerade mal 56 Jahren, wurde bei dem Betriebsleiter schwarzer Hautkrebs entdeckt. „Ein brauner Fleck an der Oberkante meines rechten Ohrs hatte angefangen zu bluten und heilte einfach nicht ab“, erzählt er. Er ging sofort zum Hautarzt – eine Entscheidung, die ihm das Leben

rettete. Sein Dermatologe entfernte bei einer ambulanten OP die Stelle mit einem Sicherheitsrand und zusätzlich noch einen Lymphknoten, um alle Krebszellen zu erwischen. Doch sechs Monate später entdeckte man bei der Nachkontrolle zwei Metastasen in Lunge und Leber. „So eine Nachricht wirft einen erst mal aus der Bahn“, sagt Rüdiger Kranz. Nach ausführlichen Gesprächen mit seinen Ärzten entschied er sich für eine neuartige Kombinations-Immuntherapie. Dabei werden gleichzeitig Antikörpern eingesetzt, die auf zwei verschiedenen Wirkmechanismen beruhen. Und tatsächlich: Die Metastasen in der Lunge bildeten sich komplett zurück und auch der Tumor in der Leber schrumpfte, bis er schließlich verschwand. Dr. Peter Mohr hält die neuen Therapien für einen Meilenstein beim Kampf gegen Hautkrebs: „Damit erleben wir in der Praxis immer wieder kleine Wunder.“

Rüdiger Maikranz ist heute tumorfrei. Alle acht Wochen geht er zur Nachkontrolle. Zwar haben seine Schild- und Hirnanhangdrüse durch die Therapie gelitten und er muss regelmäßig Hormone schlucken. „Doch ich lebe“, sagt der 59-Jährige, „und das ist die Hauptsache.“

Sonja Baulig



„Ich kann nur jedem raten, bei Auffälligkeiten sofort zum Arzt zu gehen.“

Rüdiger Maikranz (59) hatte schwarzen Hautkrebs