



MEDIENMITTEILUNG

Kontakt Peter Ackermann, Kommunikationsbeauftragter, media@krebsliga.ch
Telefon direkt 031 389 91 19
Datum Bern, 5. Juni 2018

Sonnenbrände können Spätfolgen zeitigen

Obwohl der schwarze Hautkrebs zu den häufigsten Tumorarten gehört, wird er oft unterschätzt. Junge Menschen sind überdurchschnittlich gefährdet. Die Krebsliga empfiehlt Veränderungen der Haut einer Dermatologin oder einem Dermatologen zu zeigen.

Die Hauptursache von schwarzem Hautkrebs ist die ultraviolette (UV-)Strahlung der Sonne. Sie schädigt die Erbinformation in den Hautzellen. Diese sind im Stand, einen Teil der Schädigungen zu beheben. Einzelne defekte Zellen können aber zurückbleiben und sich über mehrere Monate, Jahre oder Jahrzehnte zu hellem oder schwarzem Hautkrebs (Melanom) entwickeln. Die gefährlichste Form ist der schwarze Hautkrebs, weil er Metastasen bilden kann. Häufiger, aber weniger gefährlich sind die hellen Hautkrebsarten, wie das Basaliom (Basalzellkarzinom) und das Spinaliom (Stachelzellkarzinom). Pro Jahr wird in der Schweiz bei schätzungsweise 20'000 bis 25'000 Menschen ein Basaliom oder Spinaliom diagnostiziert.

Die Haut vergisst nie

Eine Schädigung der Haut findet nicht erst durch einen Sonnenbrand statt. Bereits bei den ersten Anzeichen einer Rötung ist das maximal verträgliche Mass an UV-Licht weit überschritten. Nach jeder übermässigen Bestrahlung ab der Kindheit bleiben geschädigte Zellen zurück. Sonnenbrände in jungen Jahren erhöhen das Risiko eines Hautkrebses um das Zwei- bis Dreifache. Kurz: Zuviel UV-Strahlung erhöht das Risiko von Hautkrebs. Deshalb lohnt es sich, gar nicht erst rot zu werden.

Ungenügender Schutz kann 20 Jahren später Hautkrebs verursachen

Die zum Teil lange Entstehungszeit von schwarzem Hautkrebs ist tückisch. Die fatalen Folgen werden nicht sofort ersichtlich, sondern möglicherweise erst in zehn, zwanzig Jahren. Die Statistik legt nahe, dass sich insbesondere junge Menschen den Gefahren der UV-Strahlung zu wenig bewusst sind, oder dass sie sich in falscher Sicherheit wiegen und sich deshalb ungenügend schützen. Wer mit 20 Jahren zu wenig auf sich achtet, kann deshalb mit 40 an Hautkrebs erkranken. Im Vergleich zu anderen Krebsarten betrifft Hautkrebs Menschen unter 50 Jahren mehr als andere Krebsarten: Ein Viertel der rund 2'700 Menschen, die jedes Jahr in der Schweiz die Diagnose schwarzer Hautkrebs erhalten, ist unter 50 Jahren. Beim Total aller Krebsbetroffenen liegt der Anteil dieser Altersgruppe bei 13 Prozent. Pro Jahr sterben in der Schweiz 320 Patienten an schwarzem Hautkrebs.

Veränderte Muttermale? Ab zum Dermatologen!

Die Krebsliga empfiehlt, allfällige Veränderungen der Haut, insbesondere von Muttermalen (auch Leberflecken und Pigmentflecken genannt) einer Dermatologin oder



einem Dermatologen zu zeigen. Ist der schwarze Hautkrebs noch klein und auf die Oberhaut begrenzt, bestehen gute Chancen auf eine erfolgreiche Behandlung.

So geniessen Sie den Sommer gut geschützt

- **Verbringen Sie die Siesta im Schatten, dem besten Sonnenschutz**
Bis August sind die UV-Strahlen sehr intensiv. Insbesondere während der Mittagszeit von 11 bis 15 Uhr bietet sich eine Siesta im Schatten an.
- **Schützen Sie sich mit Sonnenbrille, Hut und Kleidern**
UV-Strahlen können auch die Augen schädigen. Gut schützen Sonnenbrillen mit dem CE-Zeichen und dem Vermerk «100% UV-Schutz bis 400 Nanometer». Schulterbedeckte Kleidung bildet ebenfalls einen guten Schutz, insbesondere bei länger dauernden Outdoor-Aktivitäten wie Gartenarbeit, Velofahren oder Wandern.
- **Benutzen Sie Sonnencreme als Ergänzung**
Zur Ergänzung von Schatten und Kleidung reichlich Sonnencreme auf die unbedeckte Haut auftragen. Ein Sonnenschutzmittel sollte sowohl vor UVA- wie auch vor UVB-Strahlen schützen. Es soll deshalb das UVA-Signet (UVA in einem Kreis) sowie einen Lichtschutzfaktor (LSF) von mindestens 15 bei Erwachsenen und mindestens 30 bei Kindern aufweisen. Vorsicht: Sonnencreme ist kein Freipass für einen unbeschränkten Aufenthalt in der Sonne.

Sensibilisierungskampagne «Hautkrebs»

«Hautkrebs ist es egal, wer du bist. Schütz dich», lautet der Slogan der Kampagne, mit der die Krebsliga für den Sonnenschutz sensibilisiert. Etwa mit Plakaten in der Nähe von Freibädern und in Hausarztpraxen, Spots in Apotheken und gezielter digitaler Werbung. Das Sujet kann für die kostenlose Verwendung in Ihrem Medium heruntergeladen werden unter www.krebsliga.ch/plakat.

Mehrwert für Ihre Leserschaft

Als spendenfinanzierte Non-Profit-Organisation sind wir Ihnen dankbar, dass Sie uns unterstützen und den Sonnenschutz redaktionell aufgreifen. Bitte weisen Sie darauf hin, dass Broschüren wie «Sonnenschutz», «Sonnenschutz – Das Wichtigste in Kürze» und «Sonnenschutz für mein Kind» sowie Faktenblätter heruntergeladen oder kostenlos bereit stehen unter www.krebsliga.ch/sonnenschutz.

Die Krebsliga bietet Beratung und Unterstützung vor Ort Die kantonalen und regionalen Ligen sind in Ihrer Nähe. Sie bieten allen krebsbetroffenen Personen und ihren Angehörigen in der ganzen Schweiz individuelle Beratung und Unterstützung: www.krebsliga.ch/region	Die Fachberaterinnen vom «Krebstelefon» helfen weiter Telefon 0800 11 88 11 E-Mail helpline@krebsliga.ch Chat www.krebsliga.ch/cancerline Forum www.krebsforum.ch Skype krebstelefon.ch
---	---