

Sie möchten einen Termin zum Hautkrebs Screening vereinbaren ?

Mit zunehmendem Lebensalter erhöht sich leider zwangsläufig das Risiko, chronische Krankheiten zu entwickeln. Je früher Sie und ich Anzeichen einer solchen Entwicklung erkennen, um so größer sind die Chancen einer erfolgreichen Behandlung.

Aus diesem Grund bietet Ihre Krankenkasse Ihnen die Möglichkeit an, sich - neben einer Krebsvorsorgeuntersuchung - ab dem 35. Lebensjahr- alle 2 Jahre vorsorglich auf

- **Hautkrebs**
- **Herz-Kreislauferkrankungen**
- **Nierenerkrankungen**
- **Zuckerkrankheit und**
- **Stoffwechselerkrankungen**

untersuchen zu lassen.

Ab 35 zum Hautkrebs Screening:

Was ist ein Screening?

Früherkennungsuntersuchungen können in Form eines Screenings durchgeführt werden.

Der Begriff „Screening“ kommt aus dem Englischen und bedeutet so viel wie „Filteruntersuchung“. Bei den Personen, die sich am Screening beteiligen, wird gezielt und nach einer festgelegten Methode nach einer Erkrankung bzw. Risikofaktoren gesucht. Die Qualität eines Screenings ist gesichert, weil die Untersuchung sowohl definierten Kriterien entspricht als auch auf eine standardisierte Weise abläuft.

Ein Screening soll Vorstufen, Frühstadien, einen Risikofaktor oder mehrere Risikofaktoren einer Erkrankung feststellen. Daher ist nicht jede Erkrankung geeignet, per Screening herausgefunden zu werden. Die Krankheit muss ein erkennbares Frühstadium haben, in dem eine Behandlung wirksamer ist als wenn die Erkrankung später entdeckt wird. So kann die Sterblichkeit gesenkt und die Lebensqualität verbessert werden.

Die Zielgruppe eines Screenings sind Menschen, die sich gesund fühlen.

Wie läuft das Screening ab?

Zuerst wird anhand des Fragebogens nach Ihrem jetzigen gesundheitlichen Zustand und Ihren Vorerkrankungen gefragt. Außerdem werden Ihre Risikofaktoren dabei festgestellt.

Dann folgt die Untersuchung der ganzen Haut. **Hierfür legen Sie Ihre Kleidung vollständig ab. Bitte kommen Sie nur frisch geduscht und nicht eingecremt zur Untersuchung, da sich so die Haut besser beurteilen lässt! Falls Sie im Genitalbereich nicht untersucht werden möchten, geben Sie dies bitte auf dem Fragebogen an.** Ihre Haut wird von der Kopfhaut bis zu den Fußsohlen genau angesehen.

Nur so kann man auffällige Hautveränderungen erkennen. Dafür benötigt man keine Instrumente, sondern nur eine helle Lampe und ein geschultes Auge. **Auffällige Veränderungen werden nochmals mit einem speziellen Untersuchungsgerät (Dermatoskop) untersucht**

Darüber hinaus geben wir Ihnen wertvolle Tipps für den richtigen Umgang mit der Sonne. Und ganz wichtig: Sie werden darüber informieren, welche Krebs –Früherkennungs- und Gesundheitsuntersuchungen Sie ab welchem Alter machen sollten.

Die Kosten für das Screening übernehmen die Krankenkassen. Genauso wie für andere gesetzliche Krebs-Früherkennungsuntersuchungen wird über die Chip-Karte abgerechnet.

Die wichtigsten Tipps im Umgang mit der Sonne:

- **Meiden Sie Sonne in der Mittagszeit zwischen 11 und 15 Uhr.**
- **Geben Sie Ihrer Haut Zeit, sich an die Sonne zu gewöhnen. Bleiben Sie in den ersten Tagen lieber im Schatten.**
- **Tragen Sie in der Sonne immer sonnendichte Kleidung mit einem UV-Protektions-Faktor (UPF) von mindestens 30. Und auf jeden Fall eine Kopfbedeckung tragen.**
- **Creemen Sie alle unbedeckten Körperstellen mit einer Sonnencreme LSF 20 ein. Tragen Sie die Sonnencreme eine halbe Stunde vor dem Sonnenbad auf, damit sie ihre Wirkung voll entfalten kann.**
- **Erneuern Sie Ihren Sonnenschutz mehrmals täglich. Aber Achtung: Nachcremen verlängert nicht die Schutzwirkung. Sie erhält sie nur.**
- **Halten Sie auch beim Baden Schultern, Brust und Rücken mit einem T-Shirt oder spezieller UV-Badekleidung bedeckt. Verwenden Sie wasserfeste Sonnencreme. Tragen Sie die Creme nach dem Abtrocknen nochmals auf.**
- **Achten Sie bei Medikamenten auf Nebenwirkungen in der Sonne. Fragen Sie sicherheitshalber Ihren Arzt.**
- **Verzichten Sie in der Sonne auf Deodorants und Parfüms. So vermeiden Sie unschöne Pigmentflecken.**
- **Kleinkinder gehören nicht in die pralle Sonne. Suchen Sie Schatten und ziehen Sie Ihre Kinder sonnengerecht an. Gehen Sie mit gutem Beispiel voran, damit sich Ihr Kind von klein auf an den richtigen Umgang mit der Sonne gewöhnt.**
- **Kinder unter einem Jahr gehören nur mit langer Bekleidung in die Sonne!**
- **Nutzen Sie nicht das Solarium zur Vorbereitung auf Ihren Urlaub. Diese sog. Vorbräunung führt nämlich nicht zu einer nennenswerten Erhöhung des Eigenschutzes der Haut. Die zusätzliche UV-Belastung schadet eher, als dass sie nützt.**