

PRESSEINFORMATION

Arbeitsgemeinschaft
Dermatologische
Prävention (ADP) e. V.
Henriette Bunde
Presse-/Öffentlichkeitsarbeit
Cremon 11
20457 Hamburg
Tel.: 040 20913-134
Fax: 040 20913-161
E-Mail: bunde@unserehaut.de

Hamburg, 14. Dezember 2016

Auf UV-Schutz im Winterurlaub achten! Tipps zum Schutz vor Hautkrebs

Hamburg/Bonn – Strahlender Sonnenschein, glitzernder Schnee und ein herrliches Bergpanorama – ein Traum für alle Winterurlauber, die skifahren, rodeln oder wandern. „Genießen Sie das Bewegen bei frischer Bergluft. Aber schützen Sie Ihre Haut, Lippen und Augen vor der intensiven UV-Strahlung im Gebirge“, sagt Gerd Nettekoven, Vorstandsvorsitzender der Deutschen Krebshilfe. „So vermeiden Sie Sonnenbrände, vorzeitige Hautalterung, Augenschäden und Hautkrebs.“

Je höher der Urlaubsort liegt und je klarer die Luft ist, desto intensiver dringen die UV-Strahlen vor. Zudem reflektiert Schnee die Sonnenstrahlen und verstärkt diese dadurch. Eine Gefahr, denn die ultraviolette Strahlung der Sonne ist krebserregend. Sie ist der größte Risikofaktor für das Entstehen von Hautkrebs – einer Krebsart, die zu den Häufigsten in Deutschland zählt.

„UV-Strahlung an sich kann man nicht sehen oder fühlen. Das macht sie so tückisch“, betont Professor Dr. Eckhard Breitbart, Dermatologe und Vorsitzender der Arbeitsgemeinschaft Dermatologische Prävention e.V. (ADP). „Ihre schädliche Wirkung merken wir erst dann, wenn die Haut- oder Augenzellen bereits geschädigt sind und der Körper darauf mit Rötung und Schmerzen reagiert.“

Richtiger UV-Schutz beginnt damit, die Haut behutsam an die Sonne zu gewöhnen und die pralle Mittagssonne zu meiden. Kopfbedeckungen und Handschuhe schützen Kopfhaut, Stirn und Hände. Alle übrigen Hautflächen, die nicht von Kleidung bedeckt sind, sollten mit einem Sonnenschutzmittel eingecremt werden, das einen Lichtschutzfaktor von mindestens 30 mit UV-A- und UV-B-Schutz enthält. Bei niedrigen Außentemperaturen sind Sonnencremes zu bevorzugen, da sie weniger Wasser und mehr Fettkomponenten enthalten als dünnflüssige Lotionen. Die Lippen gilt es mit geeigneten Produkten, wie beispielsweise Lippenpflegestift oder -balsam zu schützen, die ebenfalls über einen Lichtschutzfaktor von mindestens LSF 30 verfügen. Ebenfalls ein „Muss“ ist eine Sonnenbrille. Einen geeigneten UV-Schutz bietet die Kennzeichnung DIN EN ISO 12312-1E mit dem Standard „UV-400“. Sie sollte außerdem eng anliegen, damit von seitlich keine UV-Strahlung auf die Augen trifft.

Auch bei bewölktem Himmel kann die Sonnenbrandgefahr im Gebirge hoch sein. Bestimmte Wolkenformationen streuen die UV-Strahlen und verstärken diese. Eine Hilfe, die tagesaktuelle Sonnenbrandgefahr einzuschätzen, bietet der UV-Index. Er beschreibt die Stärke der UV-Strahlung auf einer Skala von 1 bis 11+, wobei jedem Skalenwert Empfehlungen für Sonnenschutzmaßnahmen zugeordnet sind. Der UV-Index ist im Internet für Deutschland und das Ausland abrufbar, beispielsweise beim Bundesamt für Strahlenschutz unter www.bfs.de.

Ausführliche Informationen rund um das Thema Hautkrebsprävention durch UV-Schutz bietet zudem der Präventionsratgeber „Sommer. Sonne. Schattenspiele. Gut behütet vor UV-Strahlung“ der Deutschen Krebshilfe und der ADP. Er kann kostenfrei im Internet unter www.krebshilfe.de bestellt und heruntergeladen werden.

Hautkrebs – Zahlen. Daten. Fakten.

Drei Arten von Hautkrebs werden unterschieden: Die „weißen“ Hautkrebserkrankungen, Basalzell- und Plattenepithelkarzinom genannt, bilden nur sehr selten Tochtergeschwülste und sind somit fast immer heilbar. Vor allem ältere Menschen sind davon betroffen. Der „schwarze“ Hautkrebs, auch als malignes Melanom bezeichnet, bildet hingegen früh Metastasen und kann dann oft nicht mehr geheilt werden. Das durchschnittliche Erkrankungsalter liegt bei Frauen bei 58 und bei Männern bei 64 Jahren. Bei Menschen im Alter zwischen 20 und 29 Jahren ist das Melanom der häufigste Krebs bei Frauen und der zweithäufigste bei Männern. Etwa 3.000 Menschen sterben jedes Jahr an den Folgen einer Melanom-Erkrankung.

Die Zahl der Hautkrebsfälle in Deutschland hat sich in den letzten 40 Jahren vervierfacht: Fast 265.000 Menschen erkranken jährlich bundesweit neu an einem Tumor der Haut: rund 147.000 am Basalzellkarzinom, 87.000 am Plattenepithelkarzinom und mehr als 30.000 am gefährlichen malignen Melanom. Verursacht wird diese Krebsart maßgeblich durch ultraviolette Strahlung – ein Risikofaktor, der sich leicht vermeiden lässt.

Interviewpartner auf Anfrage!

Abdruck honorarfrei, Beleg erbeten

Bei Fragen wenden Sie sich bitte an: Henriette Bunde

Arbeitsgemeinschaft Dermatologische Prävention (ADP) e.V. | Cremon 11 | 20457 Hamburg,

Telefon 040/20913-134 | Fax 040/20913-161

Web: www.unserehaut.de | www.hautkrebs-screening.de

E-Mail: bunde@unserehaut.de