

PRESSEINFORMATION

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

Hamburg, 04.05.2021

Sieben Irrtümer, die das Hautkrebsrisiko erhöhen

INFONETZ KREBS der Deutschen Krebshilfe berät kostenlos

Bundesweit erkranken jährlich über 276.000 Menschen neu an Hautkrebs. Diese Tumorart gehört zu den Krebsarten, die durch präventives Verhalten in hohem Maße vermieden werden können. Intensives Sonnenbaden und Solariennutzung sind die wesentlichen Risikofaktoren für Hautkrebs. Viele Menschen unterschätzen allerdings immer noch die Wirkung natürlicher und künstlicher UV-Strahlen. Die Deutsche Krebshilfe und die Arbeitsgemeinschaft Dermatologische Prävention e. V. (ADP) klären über sieben häufige Fehleinschätzungen auf.

1. Vorbräunen im Solarium schützt vor Sonnenbrand.

Nein. Das spezifische Strahlungsspektrum in Solarien erzeugt eine äußerliche Sofortbräune, die schnell wieder verblasst. Der Preis dafür ist ein erhöhtes Hautkrebsrisiko aufgrund der extrem hohen Strahlungsbelastung, die vergleichbar ist mit der Sonne mittags am Äquator. Die Deutsche Krebshilfe und die ADP empfehlen daher gemeinsam mit der Weltgesundheitsorganisation (WHO), Solariengeräte grundsätzlich zu meiden.

2. Sonnenbrände „härten“ die Haut ab.

Im Gegenteil. Oft wird in diesem Zusammenhang auf die Ausbildung einer „Lichtschwiele“ verwiesen; eine leicht schützende Hautverdickung, die tatsächlich unter besonderen Umständen entstehen kann. Das ist jedoch gefährlich: UV-Strahlung führt bei ungeschützter Haut innerhalb von Sekunden zu Schäden im Erbgut der Hautzellen. Der Körper kann diese Schäden zwar bis zu einem gewissen Grad wieder beheben – ist dieser Mechanismus jedoch überlastet, besteht die Gefahr, dass geschädigte Zellen dauerhaft in der Haut verbleiben und Jahr-zehnte später daraus Hautkrebs entsteht. Die Haut von Kindern ist besonders empfindlich. Häufige Sonnenbrände in jungen Jahren erhöhen nachweislich das Hautkrebsrisiko im späteren Alter.

3. Sonnencreme ermöglicht stundenlanges Sonnenbaden.

Dies ist leider falsch. Sonnenschutzmittel mit einem Lichtschutzfaktor (LSF) 30 oder höher „schlucken“ zwar einen Großteil der UV-Strahlung. Dennoch können die Strahlen in die Haut eindringen und dort die Zellen schädigen. Unsachgemäße Anwendung, vernachlässigte Körperstellen sowie Bewegung und Schwitzen mindern den Schutz zusätzlich. Wer Sonnencreme sinnvoll einsetzen will, nutzt sie als Ergänzung. T-Shirts und Kleider, die Schultern und Nacken schützen, sowie eine Kopfbedeckung haben in jedem Fall Vorrang. Darüber hinaus gilt: Nachcremen hilft zwar, den UV-Schutz aufrecht zu erhalten, die auf der Packung angegebene Wirkungsdauer wird dadurch aber nicht wieder auf null zurückgesetzt.

4. Bei bewölktem Himmel ist UV-Schutz im Sommer überflüssig.

Leider eine trügerische Annahme. Wolken beeinflussen den Grad der UV-Strahlung unterschiedlich. Gewitterwolken schwächen sie stark ab, andere Wolkenarten und -kombinationen können dagegen die UV-Strahlung durch Streuungseffekte sogar noch verstärken. Im Allgemeinen mindern Wolken die UV-Strahlungsintensität gerade einmal um 10 bis 50 Prozent. Vor allem während der Mittagszeit bieten sie daher keinen zuverlässigen Schutz. Eine hilfreiche Orientierung bietet der UV-Index. Er gibt an, wie stark die Sonnenstrahlen tatsächlich sind und welche Schutzmaßnahmen empfohlen werden. Das Bundesamt für Strahlenschutz veröffentlicht den UV-Index tagesaktuell für verschiedene Regionen Deutschlands. Infos unter www.bfs.de/uv-prognose.

5. Gebräunte Haut bietet hinreichend Schutz vor UV-Strahlung.

Das ist falsch. Bräune ist eine Stressreaktion der Haut. Der Körper versucht damit, sich vor den krebserregenden Strahlen zu schützen. Treffen diese auf die Haut, entsteht das dunkle Farbpigment Melanin, das sich wie ein Schirm über die Zellkerne legt und so das Erbgut vor der Strahlung zu schützen versucht. Als sichtbarer Nebeneffekt dieses „interzellulären“ Kraftakts bräunt die Haut. Sie zeigt damit eine hohe UV-Belastung an. Gegen diesen Stress ist der Körper allerdings nur bedingt gewappnet, denn gebräunte Haut entspricht lediglich einem Lichtschutzfaktor von circa 4.

6. Auch Säuglinge dürfen eingecremt in die Sonne.

Generell gilt die Empfehlung: Direkte Sonne ist für Säuglinge tabu. Im ersten Lebensjahr sollten sie grundsätzlich nicht der direkten Sonne ausgesetzt werden. Neugeborene und Säuglinge haben eine sehr empfindliche Haut. Sie sollten daher auch nicht mit unnötig belastenden Sonnenschutzmitteln eingecremt werden.

7. An Hautkrebs erkranken nur ältere Menschen.

Hautkrebs entsteht oft über einen längeren Zeitraum. Menschen über 70 erkranken daher zwar besonders häufig an Hautkrebs. Dennoch wird der gefährliche „schwarze“ Hautkrebs, auch als malignes Melanom bekannt, zunehmend auch bei Jüngeren diagnostiziert. Bei Frauen im Alter von 20 bis 29 Jahren ist dieser Tumor sogar die häufigste Krebserkrankung. Bis zu einem Alter von 55 Jahren erkranken Frauen deutlich öfter an schwarzem Hautkrebs als Männer, danach dreht sich dieses Verhältnis um.

Interessierten bietet das Beratungsteam vom INFONETZ KREBS der Deutschen Krebshilfe kostenfrei Informationen zum Thema Hautkrebs. Die Mitarbeiter*innen sind montags bis freitags telefonisch von 08:00 bis 17:00 Uhr unter der Nummer 0800 – 80 70 88 77 erreichbar oder können per E-Mail unter krebshilfe@infonetz-krebs.de kontaktiert werden. Weitere Informationen und kostenlose Materialien rund um den UV-Schutz erhalten Interessierte online unter www.krebshilfe.de und www.unserehaut.de.

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

E-Mail: bunde@unserehaut.de | Telefon 040/20913-134 | Fax 040/20913-161

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