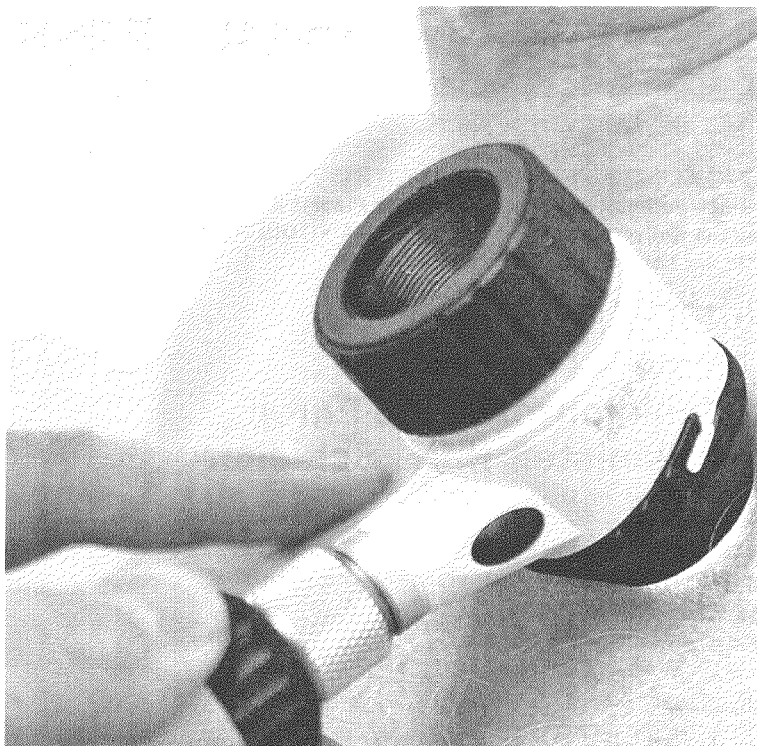


Immer mehr Menschen leiden an Hautkrebs

Hautkrebsprävention im Engadin – Pilotprojekt gestartet



Bei frühzeitiger Diagnose können die meisten Hautkrebse geheilt werden.

Eine von drei Personen in der Schweiz erkrankt heute an Hautkrebs. Auch im Engadin, wo die UV-Strahlung fast ein Drittel höher ist als im Unterland.

Ein Präventionsprojekt soll auf die Gefahr aufmerksam machen.

Die Schweiz hat eine der höchsten Hautkrebsraten in Europa. Jedes Jahr erkranken 15 000 Menschen an Hautkrebs. Rund 90 Prozent davon an so genannten hellen Hautkrebsen (Basalzellkarzinom, Plattenepithelkarzinom), zehn Prozent am gefährlicheren schwarzen Hautkrebs, dem Melanom. Seit Mitte der 90er-Jahre sind die Hautkrebsraten um über 30 Prozent angestiegen. Inzwischen erkrankt eine von drei Personen im Laufe ihres Lebens an Hautkrebs. Risikofaktoren

für Hautkrebs sind neben einem hellen Hauttyp und vielen Pigmentmalen insbesondere Sonnenbrände in der Kindheit und Jugend sowie regelmässige starke Sonnenbestrahlung.

Die Dermatologin Dr. med. Sabine Werner kann diese Entwicklung leider aus eigener Erfahrung in ihrer Praxis in St. Moritz bestätigen: «Als ich vor knapp acht Jahren meine Praxis eröffnete, musste ich monatlich bis wöchentlich neue Hautkrebse diagnostizieren, inzwischen vergeht kaum ein Tag, an dem ich keinen Patienten mit Hautkrebs sehe.»

Kein Grund zur Panik

Grund zur Panik besteht gemäss Werner dennoch nicht. Die allermeisten Hautkrebse können bei frühzeitiger Diagnose geheilt werden. Wichtiger wäre jedoch die rechtzeitige Beeinflussung der Risikofaktoren, speziell die

Vermeidung von Sonnenbränden und chronischen Lichtschäden, die mit zunehmendem Alter zu gehäuften, meist hellen Hautkrebsen führen können. Vielen Einheimischen sei nicht bewusst, dass die UV-Strahlung im Engadin bereits im Tal gut 30 Prozent höher liege als im Unterland und auch bei Wolken zu einem erheblichen Teil auf der Haut lande. «Eine dauerhafte Bräune schützt zwar teils vor Sonnenbrand, leider jedoch nicht vor Hautkrebs», sagt die Ärztin. Speziell Outdoor-Sportler in der Generation 50 plus würden häufig an chronischen Lichtschäden leiden und entwickeln dann Hautkrebse und Hautkrebsvorstufen an den lichtexponierten Zonen wie Kopf, Decolleté und Handrücken.

Für die Dermatologin, die selber Golf spielt, Grund genug zu handeln. Anlässlich des Skin Care Ladies Golf

Cup in St. Moritz im Juli konnten erfolgreich Spendengelder für eine Hautkrebs-Präventionskampagne im Engadin gesammelt werden. Die Idee stiess beim Geschäftsführer der Krebsliga Graubünden, Christoph Kurze, und Daniel Schaltegger, Geschäftsführer der Golf Engadin St. Moritz AG, sofort auf offene Ohren. Spontan und unbürokratisch wurde die Aktion gemeinsam in kurzer Zeit auf die Beine gestellt.

Prävention bei den Golfern

So staunten die Teilnehmer der Herbstgolfwoche am 31. August nicht schlecht, als sie nach dem 18. Loch an einem Stand der Krebsliga Graubünden über Hautkrebsprävention informiert wurden und bei einem Putt-Wettbewerb neben attraktiven Preisen einen Gratis-Sonnenschutz erhielten. Für alle Beteiligten war die Aktion ein voller Erfolg und soll erst der Auftakt zu weiteren Präventionskampagnen im Engadin, insbesondere bei Out-

door-Anlässen, sein. Passend dazu ist die Krebsliga Graubünden ab heute auch im Engadin präsent. Aita Biert wird im Spital in Scuol an ein bis zwei Tagen pro Woche Ansprechpartnerin für Betroffene und Mitbetroffene bei allen Krebserkrankungen sein. Die nächste Aktion «Hautkrebsprävention für Golfer» findet am 15. September nochmals auf dem Golfplatz Samedan ca. zwischen 12.00 und 16.00 Uhr statt.

Dem Hautkrebs richtig vorbeugen

Um dem Hautkrebs vorzubeugen, hat Dr. med. Sabine Werner verschiedene Tipps. So rät sie, einen Sonnenbrand zu vermeiden und Solarien zu meiden.

In der Sonne sollen Hut, Sonnenbrille und geeignete Kleidung getragen werden. Im Engadin und am Meer sind Sonnenschutzmittel mit sehr hohem Lichtschutzfaktor (30 bis 50+) in ausreichender Menge (zwei Gramm

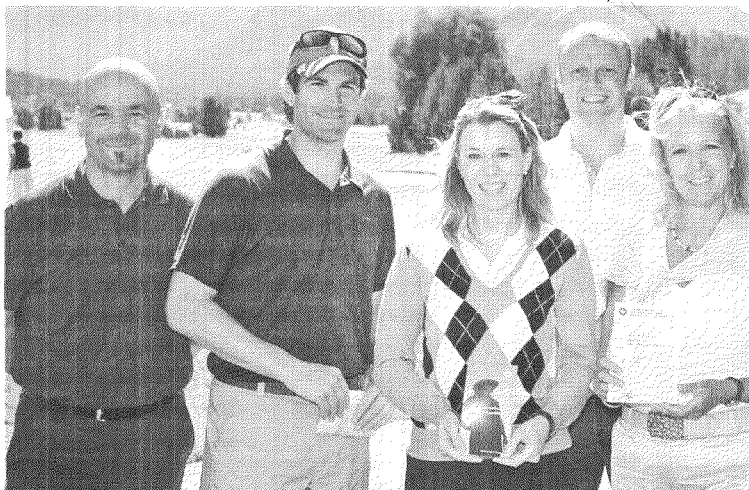
pro cm² Haut, das heisst sechs Hände voll für den ganzen Körper) zu verwenden. Sonnenschutzmittel muss 30 Minuten vor der Exposition aufgetragen werden.

Der Sonnenaufenthalt ist zeitlich dem Hauttyp anzupassen. Kleinkinder bis zu einem Jahr dürfen nie der direkten Sonne ausgesetzt werden. Zudem empfiehlt es sich, die Haut regel-

mässig auf Veränderungen zu untersuchen.

In den Bergen soll auch bei Nebel oder bedecktem Himmel Sonnencreme mit sehr hohem LSF aufgetragen werden, Lippen, Nase, Ohren und empfindliche Haut müssen besonders gut geschützt werden. (Einges.)

Weitere Informationen und Tipps: www.krebsliga.ch/de/praevention



Ralph Kübler, Daniel Schaltegger, Dr. med. Sabine Werner, Christoph Kurze und Aita Biert von links anlässlich der Präventionskampagne.