

# „Handle with care – Ihr habt nur die eine (Haut)“



Vom 8. bis zum 12. Mai 2017 wendet sich die Euromelanoma-Kampagne erneut bundesweit an die Öffentlichkeit, um für den richtigen UV-Schutz zu werben und auf das Hautkrebscreening aufmerksam zu machen. Im Fokus steht die Aufklärung in Kindergärten.

■ Die bundesdeutsche Euromelanoma-Woche startet zeitgleich mit dem Euromelanoma-Tag in vielen anderen Ländern am 8. Mai. Die gute Nachricht lautet: Jeder kann selbst etwas tun, um sich vor den schädlichen Folgen der UV-Strahlung zu schützen. Das ist auch nötig, denn: Unsere Haut ist einzigartig. Wir haben nur diese eine! Tatsache ist jedoch, dass die Hautkrebsraten überall in Europa steigen. In Deutschland entwickelt inzwischen jeder siebte Bundesbürger im Laufe seines Lebens

Hautkrebs. Dies hängt zum einen mit der steigenden Lebenserwartung zusammen. Denn mit dem Alter wächst das Risiko, einen Hauttumor zu entwickeln. Dies gilt vor allem für Arten des hellen Hautkrebses, die auf eine chronische Lichtschädigung der Haut zurückzuführen sind.

Aber auch der schwarze Hautkrebs (malignes Melanom), die gefährlichste Hautkrebsvariante, tritt immer häufiger auf und die Betroffenen werden immer jünger. Hauptursache: man-

Besonders gefährdet, Hautkrebs zu entwickeln, sind alle, die:

- häufig Sonnenbrände hatten, besonders in der Kindheit und Jugend,
- regelmäßig ins Solarium gehen,
- sehr viele Pigmentmale haben,
- ein geschwächtes Immunsystem haben,
- in der Familie bereits Fälle von Hautkrebs haben.

(Quelle: Deutsche Krebshilfe)

gelnder Sonnenschutz. Unbestritten sind häufige Sonnenbrände in der Kindheit und Jugend ein entscheidender Risikofaktor. Denn jeder Sonnenbrand beschädigt dauerhaft die hauteigenen Reparaturmechanismen.

**Euromelanoma-Woche**

Die Euromelanoma-Woche ist eine europaweite Initiative unter dem Dach der Europäischen Akademie für Dermatologie und Venerologie (EADV). Sie stellt die Aufklärung über Hautkrebsrisiken, die Früherkennung und die eigene Vorsorge in den Mittelpunkt. Hautärztinnen und Hautärzte machen mit ihrer Euromelanoma-Aufklärungskampagne bundesweit darauf aufmerksam, dass jeder selbst etwas unternehmen kann, sein eigenes Hautkrebsrisiko zu reduzieren.

**Die wichtigsten Hinweise der Hautärzte:**

- Nicht erst im Sommer drohen Hautschäden durch UV-Strahlung. Zu Beginn des Frühjahrs, aber auch im Winter wird die Strahlungsintensität oft unterschätzt.
- Pralle Sonne in der Zeit von 11 bis 14 Uhr sollte man meiden. Ein Aufenthalt im Freien, besonders am oder im Wasser, ist am frühen Morgen oder späteren Nachmittag weit weniger belastend.
- Reflexion, z. B. durch Wasser und hellen Sand am Strand, steigert die UV-Belastung. Auch im Gebirge ist die höhere UV-Intensität zu berücksichtigen.
- Schatten bietet einen zuverlässigen Schutz, aber auch sonnensichere Kleidung – mit zertifiziertem UV-Schutz – und Sonnenschutzmittel sind ein Muss für einen wirksamen UV-Schutz. Aber Achtung: Schatten reduziert die UV-Belastung oft geringer als man denkt, ein normaler Sonnenschirm z. B. oft nicht einmal um ein Drittel!
- Bei der Sonnencreme sollte man den höchsten verfügbaren Lichtschutzfaktor wählen. Wenn Reibung und Wasser den Sonnenschutz abgetragen haben, heißt es: Nachschmieren! Aber: Erneutes Eincremen verlängert nicht die „Tageshöchstdosis“ der UV-Strahlung, die die Haut verträgt.
- Die Eigenschutzzeit der Haut muss unbedingt beachtet werden!

Anlässlich der europaweiten Euromelanoma-Aufklärungskampagne erklärt Hautarzt Dr. Ralph von Kiedrowski vom Vorstand des Berufsverbandes der Deutschen Dermatologen (BVDD):

*„Es benötigt größere Anstrengungen im Bereich der primären Prävention, also der Verhinderung der Krankheitsentstehung. Dazu gehört vor allem ein möglichst frühzeitiger Schutz vor UV-Strahlung, der am besten schon im Kindergartenalter beginnen sollte.“*

Will man also verhindern, dass sich die Hautschädigungen im Laufe des Lebens bedrohlich aufsummieren, muss der Sonnenschutz bereits bei den Kleinsten beginnen, zumal die noch unreife Kinderhaut besonders empfindlich auf UV-Strahlung reagiert. Im Fokus der diesjährigen Euromelanoma-Kampagne steht daher – neben der Hautkrebsfrüherkennung bei den Erwachsenen – die Aufklärung in den Kindergärten.

**SunPass – Sonnenschutz im Kindergarten**

Inzwischen gibt es immer mehr Ganztagesangebote und Krippenplätze. Mädchen und Jungen verbringen häufig einen Großteil des Tages in der Kindertagesstätte. Die Verantwortung für den Sonnenschutz rückt damit mehr und mehr in den Aufgabenbereich des pädagogischen Personals. Aus diesem Grund unterstützen die deutschen Hautärzte das von der Europäischen Hautkrebsstiftung (ESCF) in Kooperation mit der Deutschen Krebsgesellschaft und den Landeskrebsgesellschaften ins Leben gerufene Projekt „SunPass“. Dieses Zertifikat bekommen Kindergärten, die sich aktiv um den Sonnenschutz für die betreuten Kinder kümmern. „Das SunPass-Projekt bietet einen wichtigen und richtigen Ansatz, über die Früherziehung Einfluss auf das Sonnenverhalten zu nehmen und zudem

den direkten UV-Schutz zu verbessern“, erläutert Hautarzt Dr. Ralph von Kiedrowski vom Vorstand des Berufsverbandes der Deutschen Dermatologen (BVDD).

Im Rahmen der Zertifizierung stehen Hautärztinnen und Hautärzte bundesweit Kindergärten kostenlos als Experten zur Verfügung. Sie kommen als Referenten zu Elternversammlungen und klären über die Gefahren der UV-Strahlung auf. Sie schulen Erzieherinnen, Kinder und deren Eltern im Umgang mit Sonnenschutzmitteln und geben Tipps für lichtdichte Kleidung sowie eine schützende Kopfbedeckung. Außerdem überprüfen sie bei einer Begehung der Einrichtung, ob es ausreichend schattige Plätze, Bäume oder andere Vorkehrungen wie zum Beispiel Sonnensegel gibt, und geben Tipps, wie der bauliche Schutz verbessert werden kann. Mit einer freiwilligen Vereinbarung verpflichten sich die Einrichtungen, einen Kriterienkatalog zum Thema Sonnenschutz einzuhalten. Die Realisierung wird in regelmäßigen Abständen überprüft, die Kita erhält abschließend das SunPass-Zertifikat, das über die Landesverbände der Deutschen Krebsgesellschaften vergeben wird. Darüber hinaus wird es rechtzeitig vor Beginn der Sommerferien einen Elternbrief geben, in dem Dr. Ralph von Kiedrowski Tipps und Hinweise zum UV-Schutz im Urlaub gibt. ■




Weitere Informationen zur Euromelanoma-Woche 2017 und zum SunPass finden Sie unter: [www.euromelanoma.de](http://www.euromelanoma.de)