

Hautkrebsrisiko-Fragebogen

7. April bis 5. Mai 2008



krebsliga

pharmaSuisse





Nationaler Hautkrebstag 5. Mai 2008

Prüfen Sie Ihr Hautkrebsrisiko vom 7. April bis 5. Mai 2008 in Ihrer Fachapotheke

Risikofaktoren für Hautkrebs

1 Bestimmen Sie Ihren Hauttyp

- 1 Sehr helle Haut, keine Bräunung, meistens Sonnenbrand
- 2 Helle Haut, langsame Bräunung, oft Sonnenbrand
- 3 Mittelhelle Haut, einfache und langsame Bräunung, manchmal Sonnenbrand
- 4 Bräunliche Haut, schnelle und tiefe Bräunung, selten Sonnenbrand
- 5 Dunkle Haut, selten Sonnenbrand
- 6 Schwarze Haut, sehr selten Sonnenbrand

Haben Sie Hauttyp 1 oder 2?

Ja Nein

2 Hatten Sie als Kind (vor dem 15. Lebensjahr) öfters einen starken Sonnenbrand?

Weiss nicht Ja Nein

3 Sind Sie regelmässig einer starken Sonnenbestrahlung ausgesetzt?

- Während Ferien in sonnigen Gebieten? Ja Nein
- Im Beruf oder in der Freizeit (Sport, Gartenarbeit)? Ja Nein
- Gehen Sie ins Solarium? Ja Nein

4 Kommt in Ihrer Familie (Eltern, Geschwister) bösartiger Hautkrebs (Melanom) vor?

Weiss nicht Ja Nein

5 Sind Sie selber bereits an Hautkrebs erkrankt?

Ja Nein

6 Haben Sie über 50 Pigmentmale an Ihrem Körper?

Weiss nicht Ja Nein

Empfehlung der Krebsliga und pharmaSuisse:

Wenn Sie eine oder mehrere dieser Fragen mit Ja beantwortet haben, gehören Sie zu den Menschen mit einem erhöhten Hautkrebsrisiko. Tipps für Risikopersonen finden Sie auf der Rückseite.

Symptome für Erstuntersuchung

1 Ist ein neues Pigmentmal aufgetreten und schnell gewachsen? Ja Nein

2 Ist ein bestehendes Pigmentmal rasch grösser geworden? Ja Nein

3 Hat ein Pigmentmal seine Farbe verändert? Ja Nein

4 Hat ein Pigmentmal seine Form verändert und zeigt nun einen unregelmässigen Rand? Ja Nein

5 Haben Sie ein Pigmentmal, das entzündet ist, juckt, schmerzt oder gar blutet? Ja Nein

Empfehlungen der Krebsliga und pharmaSuisse:

Wenn Sie eine oder mehrere dieser Fragen mit Ja beantwortet haben, empfehlen wir Ihnen, so schnell wie möglich einen Hautarzt aufzusuchen.

Am Montag, **5. Mai 2008** findet der **Nationale Hautkrebstag** statt. Zahlreiche Hautärzte bieten kostenlose Erstuntersuchungen von auffälligen Pigmentmalen an. Bringen Sie diesen Fragebogen mit zur Untersuchung.

Orte und Zeiten der Erstuntersuchungen in Ihrer Region erfahren Sie unter www.hautkrebstag.ch oder beim Krebstelefon 0800 11 88 11.

Tipps für Risikopersonen:

- Untersuchen Sie Ihre Haut 3-4 Mal pro Jahr auf verdächtige Pigmentmale. Dabei hilft Ihnen die **A-B-C-D-Regel** unter www.melanoma.ch.
- Vermeiden Sie Sonnenbrand! Bevorzugen Sie den Schatten, vor allem zwischen 11 und 15 Uhr, und schützen Sie sich mit Kleidung, Hut, Sonnenbrille und Sonnencreme mit hohem Lichtschutzfaktor (mind. LSF 25).
- Gehen Sie nicht ins Solarium, denn dort wird Ihre Haut zusätzlich mit UV-Strahlen belastet.

Wir beraten Sie gerne:

Mit freundlicher Unterstützung von Spirig Pharma AG mit Daylong und Pierre Fabre (Suisse) SA mit Avène