

## Frauenkrebs Kommunikationsprojekt

Koordiniert durch das Europäische Institut für Frauengesundheit

<http://www.eurohealth.ie/cancom/>

### Muttermale

Jeder Mensch hat Muttermale. Sie sind auf der Haut. Man findet sie an beliebigen Stellen, einzeln oder in Gruppen. Sie sind normalerweise braun und können verschiedene Größen und Formen haben. Die braune Farbe wird durch Melanin hervorgerufen. Die meisten Muttermale erscheinen in den ersten 20 Lebensjahren. Wenn die Jahre vergehen, verändern sich die Muttermale langsam. Sie heben sich an und werden heller. Einige werden sich nie ändern. Muttermale können sich nach Sonnenkontakt verdunkeln, dies kann manchmal auch während einer Therapie mit bestimmten Medikamenten passieren. Während der Teenager-Jahre und der Schwangerschaft, neigen Muttermale dazu dunkler und größer zu werden und neue können erscheinen. Es ist wichtig sich daran zu erinnern, dass nicht alle Muttermale gleich aussehen.

- Sie können hautfarbend oder rosa, beige bis braun und sogar blau-schwarz sein.
- Die Form kann auch variieren – sie können rund oder oval sein, oder die Form kann unregelmäßig sein.
- Sie können flach oder angehoben, groß oder klein, mit oder ohne Haare sein.

Einige Muttermale können sich in eine Form von Hautkrebs entwickeln, die als malignes Melanom bekannt ist. Sonnenbrände können das Risiko von Melanomen erhöhen. Muttermale, die bei der Geburt erscheinen werden kongenitale Nävi genannt. Wenn solch ein Muttermal mehr als acht Zentimeter im Durchmesser hat, stellt es das größte Risiko von Hautkrebs dar. Muttermale die als atypische Muttermale / dysplastischen Muttermalen bekannt sind, sind größer als der Durchschnitt – in der Regel größer als ein Bleistiftspitzer und unregelmäßig geformt. Sie neigen dazu, ungleichmäßig gefärbt zu sein. Diese Muttermale sind in der Regel erblich. Personen mit atypischen Muttermalen haben eine mehr als durchschnittliche Chance malignes Melanom zu entwickeln. Muttermale sollten immer regelmäßig auf Änderungen überprüft werden. Verwenden Sie die ARFD-Regel zur Hilfe um sich zu erinnern, worauf Sie beim Inspizieren Ihrer Muttermale achten müssen:

**A**symmetrie: wenn eine die Hälfte des Muttermals nicht mit der anderen Hälfte übereinstimmt.

**R**and Unregelmäßigkeiten: wenn die Kanten zerlumpte oder verschwommenes sind.

**F**arbe: wenn die Farbe nicht überall gleich ist.

**D**urchmesser: wenn der Muttermal größer als ein Viertel Zoll groß ist.

Wenn Sie Änderungen bei der Untersuchung Ihre Muttermale (mit Hilfe der ARFD-Regel) feststellen, dann sollten Sie sofort Ihren Arzt aufsuchen!

Denken Sie daran! Die Mehrheit der Muttermale und andere Schönheitsfehler sind nicht krebsartig.

Allerdings kann ein Muttermal gelegentlich ein Krebsgeschwür sein. Deshalb ist es am besten ärztlichen Rat zu einzuholen, wenn ein Muttermal Veränderungen in Größe, Form oder Farbe, oder jede andere unübliche Veränderung, aufweist.

Nachdem eine Person das mittleren Alter erreicht hat, können andere dunkle Bereiche erscheinen, die keine Muttermale sind. Diese braune, warzenartigen Wucherungen, die auf dem Gesicht oder Körper erscheinen und aussehen, als ob sie auf die Haut aufgeklebt sind, sind seborrhische Keratosen. Wenn mehrere kleine graue-braune Flecken, an den Handgelenken, Handrücken, Unterarme und Gesicht erscheinen, können das aktinische Lentigines sein. Diese werden auch als Leberflecken oder Altersflecken bezeichnet. Seborrhische Keratosen und aktinische Lentigines werden sehr leicht von einem Arzt diagnostiziert und sind nicht bösartig.

## Sommersprossen

Sie werden dunklen Flecken feststellen, die keine Muttermale sind. Die häufigsten davon sind Sommersprossen. Die Sonne kann Sommersprossen dunkler machen und im Winter können sie verblassen. Sommersprossen sind in der Regel an Arealen die der Sonne ausgesetzt sind, wie Gesicht, Hals und oberer Rücken, zu finden. Blonde und Rothaarige bekommen leichter Sommersprossen.

---