

»  
**SONNIGE  
AUSSICHTEN. MIT  
DER RICHTIGEN  
VORSORGE.**  
«

Früherkennung von Hautkrebs  
und anderen bösartigen  
Hautveränderungen

**Mobil**  
BETRIEBSKRANKENKASSE

## **RECHTZEITIG VORSORGEN: ES PASSIERT HÄUFIGER, ALS SIE DENKEN.**

Jährlich erkranken mehr als 140.000 Menschen allein in Deutschland an Hautkrebs. Damit ist dieser Tumor die häufigste Krebserkrankung. Am weitesten verbreitet ist der sogenannte helle Hautkrebs. Basalzell- oder Stachelzellhautkrebs gehören zu dieser Tumorart. Bekannter aber ist das maligne Melanom, auch bezeichnet als „schwarzer Hautkrebs“. Das Risiko, an einer dieser Hautkrebsarten zu erkranken, steigt mit zunehmendem Alter und mit der UV-Strahlen-Dosis, der man in seinem Leben bisher ausgesetzt gewesen ist. Am malignen Melanom erkranken besonders häufig Menschen im Alter zwischen 40 und 50 Jahren. Doch auch 20-jährige Patienten sind heute aufgrund des geänderten Verhaltens beim Sonnen keine Seltenheit mehr. Im Frühstadium ist die Erkrankung zu fast 100% heilbar. Bei später entdeckten Tumoren sinken die Heilungschancen jedoch rapide. Es ist daher nie zu früh, sich mit dem Thema zu beschäftigen.

## **GESETZLICHE HAUTKREBSVORSORGE ERST AB 35 JAHREN!**

Ein gesetzlicher Anspruch auf eine Hautkrebsvorsorgeuntersuchung besteht erst ab einem Alter von 35 Jahren. Darüber hinaus kann diese lediglich alle zwei Jahre in Anspruch genommen werden. Eine Auflichtmikroskopie, die das Erkennen von bösartigen Hautveränderungen erleichtert, ist nicht Bestandteil der Regeluntersuchung und muss vom Patienten privat getragen werden.

## **ERWEITERTE VORSORGEUNTERSUCHUNG BEI DER BKK MOBIL OIL.**

- Jährliches Angebot für alle ab 18 Jahren (ab 35 Jahren im jährlichen Wechsel mit der gesetzlichen Hautkrebsvorsorgeuntersuchung)
- Gezielte Analyse des individuellen Erkrankungsrisikos
- Individuelle Hauttypbestimmung
- Prophylaktische Untersuchung des gesamten Körpers inklusive einer Auflichtmikroskopie bei medizinischer Notwendigkeit
- Umfassende Beratung über die Ergebnisse und nützliche Tipps zum individuellen Verhalten in der Sonne

## **ZUSÄTZLICHE SICHERHEIT: EINMAL IM MONAT SELBSTCHECK.**

Pigmentmale (auch Leberflecken oder Muttermale genannt) sind meist harmlos. Allerdings besteht das Risiko, dass sie unkontrolliert wuchern und sich später zu Hautkrebs entwickeln. Rund ein Drittel aller Melanome entsteht aus Leberflecken. Nur wer seine Haut kennt, kann Veränderungen wahrnehmen.

Deshalb: Nehmen Sie sich einmal im Monat zehn Minuten Zeit und untersuchen Sie Ihren Körper. Noch besser ist es, wenn Sie sich von einem Familienmitglied, einem Freund oder einer Freundin helfen lassen.

Die sogenannte A-B-C-D-Regel eignet sich am besten, um Pigmentmale zu beobachten und Hautkrebs frühzeitig zu erkennen.



### **A = ASYMMETRIE:**

Wenn ein Pigmentmal keine gleichmäßige runde oder ovale Form aufweist, sollte es beobachtet werden.



### **B = BEGRENZUNG:**

Normalerweise ist die Begrenzung eines Fleckes scharf und regelmäßig. Wenn unscharfe Ränder oder ein fließender Übergang zum Normalgewebe zu sehen sind, gilt auch hier: bitte im Auge behalten.



### **C = COLOUR (FARBE):**

Prüfen sollten Sie auch, ob ein Pigmentmal verschiedenfarbig oder fleckig ist. Normal ist eine einheitliche Färbung.



### **D = DURCHMESSER:**

Ein rasches Wachstum und ein Durchmesser von mehr als 5 mm sind Warnsignale. Bitte lassen Sie den Fleck durch Ihren Hautarzt prüfen.

## **DER SELBSTCHECK: SO LASSEN SIE KEINE STELLE AUS.**

### **KOPF**

Schauen Sie sich Gesicht, Hals und Ohren genau an. Und vergessen Sie bitte nicht, auch hinter den Ohren, am Haaransatz und im Nacken nachzusehen.

### **OBERKÖRPER**

Nun stehen Arme, Schultern, Achseln, Rücken, Brust und Bauch im Mittelpunkt. Nehmen Sie am besten einen Spiegel zur Hand, damit Sie sich am Rücken alle Pigmentmale ansehen können.

### **UNTERKÖRPER**

Danach nehmen Sie das Gesäß, die Lendengegend und den Genitalbereich in Augenschein. Zum Schluss sehen Sie sich bitte Ihre Beine und Füße an. Dabei nicht die Zehenzwischenräume vergessen. Achten Sie auch auf Verfärbungen unter den Zehennägeln.

### **IM ZWEIFEL LIEBER ZUM HAUTARZT**

Zur Früherkennung von Basalzellkarzinomen und Stachelzellkrebs sollten Sie aber auch den Rest Ihrer Haut genau beobachten. Isolierte Hautveränderungen, die jucken, nässen, verschorfen, verhornen oder bluten, sollten Sie stets von einem Hautarzt untersuchen lassen.



## **MEHR VORSORGE: IHRE VORTEILE BEI DER BKK MOBIL OIL.**

- Jährliche kostenfreie Hautkrebsvorsorgeuntersuchung bereits ab 18 Jahren
- Erweiterter Untersuchungsumfang (Auflichtmikroskopie) bei medizinischer Notwendigkeit
- Qualitätsgesicherte und fachgerechte Untersuchung durch Ihre Hautärztin/Ihren Hautarzt
- Nach Möglichkeit Terminvergabe innerhalb von 14 Tagen

## **ERWEITERTES HAUTKREBSSCREENING – SO EINFACH NEHMEN SIE TEIL!**

Suchen Sie sich unter [www.bkk-mobil-oil.de/hautkrebsvorsorge](http://www.bkk-mobil-oil.de/hautkrebsvorsorge) einen teilnehmenden Hautarzt in Ihrer Nähe. Umfassende Beratung zu teilnehmenden Ärzten bekommen Sie natürlich auch über unsere kostenlose Service-Hotline unter **0800 255 0800**. Gern können Sie auch Ihren Hautarzt direkt auf das erweiterte Versorgungsprogramm ansprechen.

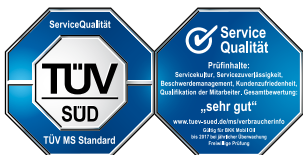
## **VORAUSSETZUNGEN:**

Die erweiterte Hautkrebsvorsorgeuntersuchung gilt für alle Versicherten der BKK Mobil Oil ab 18 Jahren. Außerdem muss Ihr Hautarzt an dem besonderen Vorsorgeprogramm teilnehmen.

### **Unser Tipp für Sie!**

- Weitere Informationen zu den umfangreichen Zusatzleistungen der Betriebskrankenkasse Mobil Oil finden Sie unter [www.bkk-mobil-oil.de/leistungen](http://www.bkk-mobil-oil.de/leistungen)

## GESAMTBEWERTUNG: SEHR GUT



STAND: APRIL 2016

[www.bkk-mobil-oil.de/siegel](http://www.bkk-mobil-oil.de/siegel)

