

# Hautkrebs

## Informationen in Leichter Sprache

Die Haut ist ein Organ.

Sie schützt den Körper.

Zum Beispiel vor:

- Verletzungen
- Kälte oder Hitze
- Schmutz und Krankheiten
- UV-Strahlen

UV-Strahlen ist die Abkürzung für ultra-violette Strahlen der Sonne.

Diese Strahlen können Menschen nicht sehen.

Die UV-Strahlen können Haut und Augen schaden.

Bei zu viel UV-Strahlen kann sich die Haut verändern.

Wenn sich die Haut verändert,  
dann kann sich Hautkrebs bilden.

## Informationen über Hautkrebs

Krebs ist ein Wort für eine ernste Erkrankung.

Hautkrebs ist eine Krebs-Erkrankung der Haut.

Es gibt zwei Formen von Hautkrebs:

Der helle Hautkrebs und der schwarze Hautkrebs.

Der helle Hautkrebs kommt öfter vor  
und ist nicht so gefährlich.

Der schwarze Hautkrebs kommt seltener vor  
und ist gefährlich.

## Wann bildet sich Hautkrebs?

Hautkrebs hat viele Ursachen.

Sie haben ein Risiko Hautkrebs zu bekommen, wenn:

- Sie helle Haut haben
- Sie oft in der Sonne sind
- Sie schon Hautkrebs hatten
- Sie oft Kontakt zu giftigen Stoffen haben.  
Zum Beispiel: Teer oder zu schädlichen Strahlen
- Sie eine Abwehr-Schwäche haben
- Jemand aus Ihrer Familie Hautkrebs hat

## Wie können Sie sich vor Hautkrebs schützen?

Expertinnen und Experten empfehlen:

Schützen Sie sich vor der Sonne,  
wenn Sie sich draußen aufhalten.

Beachten Sie die Tipps für den Sonnen-Schutz auf der nächsten Seite.



Fotos: [www.pixabay.com](http://www.pixabay.com)

## Tipps für den Sonnen-Schutz:

- **Vermeiden Sie starke Sonne**

Vermeiden Sie die Sonne am Mittag.

Halten Sie sich im Schatten auf.

- **Schützen Sie sich durch Kleidung**

Tragen Sie zum Schutz lange Ärmel und einen Hut.

Tragen Sie eine Sonnen-Brille.

- **Benutzen Sie Sonnen-Creme**

Cremen Sie sich mehrmals am Tag mit Sonnen-Creme ein.

Nutzen Sie eine Sonnen-Creme mit hohem Licht-Schutz-Faktor.

Benutzen Sie wasserfeste Sonnen-Creme.

Benutzen Sie Sonnen-Schutz für die Lippen.

- **Schützen Sie auch Ihre Kinder vor der Sonne**

Babyhaut und Kinderhaut ist sehr empfindlich.

Achten Sie darauf,

dass sich Kinder bei starker Sonne im Schatten aufhalten.

Cremen Sie die Haut von Kindern öfter mit Sonnen-Creme ein

und schützen Sie die Kinderhaut mit Kleidung.

## Wie lässt sich Hautkrebs früh erkennen?

Sie können sich regelmäßig auf Hautkrebs untersuchen lassen.

Diese Untersuchung heißt:

Früherkennung von Hautkrebs.

Besonders geschulte Ärztinnen und Ärzte machen diese Untersuchung.

Das sind zum Beispiel Haut-Ärztinnen und Haut-Ärzte.



**Special  
Olympics  
Deutschland**



## Wie läuft eine Untersuchung auf Hautkrebs ab?

Für die Untersuchung müssen Sie sich ausziehen.

Die Ärztin oder der Arzt untersucht Ihre Haut am ganzen Körper.

Die Ärztin oder der Arzt untersucht auch:

- Die Kopfhaut
- Den Intim-Bereich
- Das Zahnfleisch
- Die Haut zwischen den Zehen
- Die Fuß-Sohlen

Wenn die Ärztin oder der Arzt eine Haut-Veränderung findet, dann untersucht die Ärztin oder der Arzt die Haut-Stelle genauer.

Vielleicht müssen Sie einen neuen Termin machen.

Dann schneidet die Ärztin oder der Arzt die Haut-Stelle heraus.

Dazu wird die Haut-Stelle betäubt.

Die Haut-Stelle wird dann in einem Labor untersucht.

Danach reden Sie über das Ergebnis mit der Ärztin oder dem Arzt.

Krankenkassen zahlen für die Untersuchung.

Sie können sich alle 2 Jahre untersuchen lassen ab einem Alter von 35 Jahren.

## Vorteile der Untersuchung auf Hautkrebs

Die Untersuchung auf Hautkrebs hat ein Ziel.

Mit der Untersuchung will die Ärztin oder der Arzt Hautkrebs früh erkennen.

Dann kann die Ärztin oder der Arzt den Hautkrebs behandeln.





**Special  
Olympics  
Deutschland**



## Nachteile der Untersuchung auf Hautkrebs

Die Untersuchung schützt nicht vor Hautkrebs.

Wer sich regelmäßig untersuchen lässt,  
kann trotzdem Hautkrebs bekommen.

Keiner kann genau sagen,  
ob die Untersuchung den Tod durch Hautkrebs verhindert.

Manchmal findet die Ärztin oder der Arzt eine Haut-Veränderung.  
Diese Haut-Veränderung wird rausgeschnitten  
und in einem Labor untersucht.

Oft ist die Haut-Veränderung kein Krebs.  
Dann hatten Sie unnötig Sorgen  
und haben eine Narbe.

## Wer hat dieses Informations-Blatt gemacht?

Special Olympics Deutschland hat den Text  
in Leichter Sprache geschrieben.

Mehr über Special Olympics Deutschland erfahren Sie unter:  
[www.specialolympics.de](http://www.specialolympics.de)

Die Informationen in diesem Blatt sind vom  
Ärztlichen Zentrum für Qualität in der Medizin (kurz: ÄZQ)  
Das ÄZQ ist eine Gruppe von Fachleuten für Gesundheit.  
Die Informationen auf diesem Blatt sind zuverlässig und aktuell.

Mehr über das ÄZQ erfahren Sie unter:  
[www.patienten-information.de](http://www.patienten-information.de)

Oder Sie schreiben dem ÄZQ eine E-Mail an:  
[patienteninformation@azq.de](mailto:patienteninformation@azq.de)

