

Selbstuntersuchung der Haut: Empfehlung für regelmäßige Kontrolle

- **Europäischer Tag des hellen Hautkrebses am 13. September fördert Aufmerksamkeit**
- **Regelmäßige Selbstkontrolle der Haut kann helfen, Hautkrebs früh zu erkennen und erfolgreich zu behandeln**

Besonders zum Ende des Sommers, wenn wir über längere Zeit kurze und licht- sowie luftdurchlässige Kleidung getragen haben, verdient die Haut eine Extraportion Pflege. Durch regelmäßige Selbstkontrolle können Sie schnell reagieren, wenn Sie verdächtige Flecken oder Unebenheiten auf Ihrer Haut feststellen.

Selbstuntersuchung der Haut

Die Haut ist das größte Organ des menschlichen Körpers. Sie sagt viel darüber aus, wie wir mit unserem Körper umgehen. Umso wichtiger ist es, der Haut die Aufmerksamkeit und Pflege zu widmen, die sie verdient. „Optimal ist es, wenn Sie Ihre Haut einmal im Monat am ganzen Körper selbst kontrollieren und etwa alle zwei Jahre zur Hautkrebsvorsorge gehen“, sagt Dr. med. Kerstin Lommel, Chefärztin der Dermatologie/Allergologie und Leiterin des Hauttumorzentrum im Helios Klinikum Berlin-Buch. Bei Veränderungen wie Flecken, Unebenheiten oder anhaltende Rötungen wenden Sie sich zeitnah an Ihren Haus- oder Hautarzt oder kontaktieren ein Hauttumorzentrum.

Welcher Hauttyp sind Sie?

Wissen Sie, welcher Hauttyp Sie sind und wie Sie Ihre Haut am besten vor der Sonne schützen? Um Sonnenbrände zu vermeiden ist es ratsam, die Besonderheiten der eigenen Haut zu kennen. „Jede Haut ist anders und somit auch unterschiedlich empfindlich. Rötungen sind erste Warnzeichen,

die darauf hindeuten, dass die Haut einen intensiveren Schutz benötigt“, sagt Dr. Lommel.

Die Expertin rät zudem, nicht nur im Sommer, sondern auch in den anderen Monaten des Jahres auf einen ausreichenden Schutz vor UV-Strahlung zu achten. Besonders Gesicht, Ohren, Hals und Hände sind regelmäßig einzucremen. Je heller die Haut ist, desto eher entsteht ein Sonnenbrand und desto höher ist die Gefahr, an weißem Hautkrebs zu erkranken.

Schon gewusst?

UV-Strahlung wirkt im, am und auf dem Wasser noch stärker, da sie dort reflektiert. Gleiches gilt auch für Gebirgsregionen und im Schnee.

Um das Bewusstsein für Hautkrebs zu stärken, die Aufmerksamkeit und das Wissen darüber zu fördern, gibt es den Europäischen Tag des hellen Hautkrebses seit 2011 jedes Jahr am 13. September.

Bei der Selbstkontrolle Ihrer Haut sind Ihnen Unregelmäßigkeiten aufgefallen? Sie möchten einen Experten kontaktieren? In der Poliklinik für Dermatologie am Helios Klinikum Berlin-Buch Haus 202, Erdgeschoss, gibt es Spezialsprechstunden.

Sprechstunde Blickdiagnose (ohne Terminvereinbarung)

Montags 08:00–10:00 Uhr

Tumorsprechstunde (mit Terminvereinbarung)

Dienstags 08:00-12:00 Uhr

hauttumorzentrum-berlin@helios-gesundheit.de oder T (030) 94 01-55700

Erreichbarkeit Montag-Freitag 8:00-16:00 Uhr

Kontakt

Helios Klinikum Berlin-Buch, Klinik und Poliklinik für Dermatologie und Allergologie; HautTumorZentrum

Chefärztin: Dr. med. Kerstin Lommel

Schwanebecker Chaussee 50, Haus 202, 13125 Berlin

T (030) 94 01-55700

hauttumorzentrum-berlin@helios-gesundheit.de

www.helios-gesundheit.de/berlin-buch



Bildunterschrift 1: Dr. med. Kerstin Lommel, Cheförztn der Klinik für Dermatologie und Allergologie, Leiterin Hauttumorzentrum, rät zur regelmäßigen Selbstuntersuchung der Haut.



Bildunterschrift 2: Um das Bewusstsein für Hautkrebs zu stärken, die Aufmerksamkeit und das Wissen darüber zu fördern, gibt es den Europäischen Tag des hellen Hautkrebses seit 2011 jedes Jahr am 13. September.

Fotocredit: Thomas Oberländer/Helios Klinikum Berlin-Buch

Das **Helios Klinikum Berlin-Buch** ist ein modernes Krankenhaus der Maximalversorgung mit über 1.000 Betten in mehr als 60 Kliniken, Instituten und spezialisierten Zentren sowie einem Notfallzentrum mit Hubschrauberlandeplatz. Jährlich werden hier mehr als 55.000 stationäre und über 144.000 ambulante Patienten mit hohem medizinischem und pflegerischem Standard in Diagnostik und Therapie fachübergreifend behandelt, insbesondere in interdisziplinären

Zentren wie z.B. im Brustzentrum, Darmzentrum, Perinatalzentrum, der Stroke Unit und in der Chest Pain Unit. Die Klinik ist von der Deutschen Krebsgesellschaft als Onkologisches Zentrum und von der Deutschen Diabetes Gesellschaft als „Klinik für Diabetiker geeignet DDG“ zertifiziert.

Gelegen mitten in Berlin-Brandenburg, im grünen Nordosten Berlins in Pankow und in unmittelbarer Nähe zu Barnim, ist das Klinikum mit der S-Bahn (S 2) und Buslinie 893 oder per Auto (ca. 20 km vom Brandenburger Tor entfernt) direkt zu erreichen.

Helios ist Europas führender privater Krankenhausbetreiber mit insgesamt rund 110.000 Mitarbeitern. Zum Unternehmen gehören unter dem Dach der Holding Helios Health die Helios Kliniken in Deutschland sowie Quirónsalud in Spanien. Rund 21 Millionen Patienten entscheiden sich jährlich für eine medizinische Behandlung bei Helios. 2019 erzielte das Unternehmen einen Gesamtumsatz von 9,2 Milliarden Euro.

In Deutschland verfügt Helios über 86 Kliniken, 123 Medizinische Versorgungszentren (MVZ) und sieben Präventionszentren. Jährlich werden in Deutschland rund 5,6 Millionen Patienten behandelt, davon 4,4 Millionen ambulant. Helios beschäftigt in Deutschland fast 69.000 Mitarbeiter und erwirtschaftete 2019 einen Umsatz von rund sechs Milliarden Euro. Helios ist Partner des Kliniknetzwerks „Wir für Gesundheit“. Sitz der Unternehmenszentrale ist Berlin.

Quirónsalud betreibt 51 Kliniken, 71 ambulante Gesundheitszentren sowie rund 300 Einrichtungen für betriebliches Gesundheitsmanagement. Jährlich werden hier rund 15,4 Millionen Patienten behandelt, davon 14,6 Millionen ambulant. Quirónsalud beschäftigt rund 37.500 Mitarbeiter und erwirtschaftete 2019 einen Umsatz von über drei Milliarden Euro.

Helios Deutschland und Quirónsalud gehören zum Gesundheitskonzern Fresenius.

Pressekontakt:

Susanne Hansch

Telefon: (030) 9401-55530

E-Mail: susanne.hansch@helios-gesundheit.de