Muttermal: Ansehen statt weggucken!

Jeder Mensch hat sie. Doch woran erkennt man, ob ein harmloses Muttermal zum Risiko wird? Regelmäßige Vorsorge und Selbstkontrolle helfen, Sie zu schützen.

Unterm Fingernagel, hinterm Ohr, in der Kniekehle, am Haaransatz: Muttermale haben alle, auch wenn sie nicht immer gleich zu entdecken sind. Sie sind gutartige Wucherungen verfärbter Hautzellen und werden im Laufe des Lebens immer zahlreicher. Keinesfalls sollte jedoch das Risiko, dass aus einem Muttermal Hautkrebs entstehen kann, unterschätzt werden. Neben der jährlichen Vorsorgeuntersuchung sind daher auch Selbstkontrollen wichtig. Gefährliche Muttermale (u. a. Melanome) lassen sich mit Übung selbst erkennen. Gutartige sind in der Regel gleichmäßig geformt, scharf begrenzt, einfärbig, maximal fünf Millimeter groß und verändern sich nicht. Erkennt man eine auffällige Veränderung, sollten FachärztInnen aufgesucht werden. Diese entscheiden dann, ob eine operative Entfernung notwendig ist. „Frühzeitig behandelt ist Hautkrebs in fast allen Fällen heilbar“, erklärt Beatrix Volc-Platzer, Dermatologin im Donauspital.

Tipp der Expertin: Vermeiden Sie Solariumbesuche und langes Sonnenbaden. Beides fördert die Bildung von Muttermalen und somit das Hautkrebs-Risiko.

Nur FachärztInnen können eindeutig bestimmen, ob ein Muttermal riskant ist.

11_02

„Das vorsorgliche Entfernen von Muttermalen hilft nicht, Hautkrebs zu vermeiden.“

Beatrix Volc-Platzer, Dermatologinn

„FLYING NANNIES“ PASSEN AUF

Gesundheitscheck mit Kinderbetreuung

Die jährliche Vorsorgeuntersuchung ist wichtig, um bis ins hohe Alter gesund zu bleiben oder um Krankenheiten früh erkennen bzw. behandeln zu können. Personen, die kleine Kinder zu versorgen haben, mussten dabei bis vor kurzem noch auf AufpasserInnensuche gehen. „Mit unserem Angebot ist das nun einfacher“, weiß Robert Winker, Leiter des Gesundheits- und Vorsorgezentrums im Sanatoriuum Hera. „Wer sich bei uns für einen Termin am letzten Donnerstag im Monat zum Gratis-Gesundheitscheck anmeldet, kann seine Kinder einfach mitbringen. Diese werden dann von den ‚Flying Nannies‘ des Kinderbüros der Universität Wien kostenlos behütet.“ Übrigens: Im Sanatorium Hera wird neben der klassischen Vorsorgeuntersuchung auch – ganz auf freiwilliger Basis – ein „Psychosoziales Screening“ angeboten. Dieses erleichtert die Analyse von Lebenstil sowie beruflichen und privaten Spannungen.

Termine: Tel. 01/313 50-45888, 9., Löblichg. 14, www.hera.co.at

Fotos: Florian Rainer, Alexandra Kromus/PID, Getty Images, Bubu Dujmic