

Testen Sie sich!

Selbstuntersuchung der Haut



Helios Hauttumorzentrum Erfurt



Beobachten Sie Ihre Haut.

Da Frühstadien von Hautkrebs in nahezu allen Fällen heilbar sind, kommt der frühzeitigen Erkennung verdächtiger Hautveränderungen eine ganz besondere Bedeutung zu. In der Tumornachsorge ist zudem das Abtasten der regionalen Lymphknoten sinnvoll.

Wenn Sie auffällige Hautveränderungen an sich oder bei Ihren Angehörigen erkennen, sollten Sie sich umgehend bei einer Hautfachärztin oder einem Hautfacharzt vorstellen. Diese:r kann Sie bei Bedarf in unsere Hauttumorsprechstunde überweisen.

Hauttumorsprechstunde im Helios Klinikum Erfurt

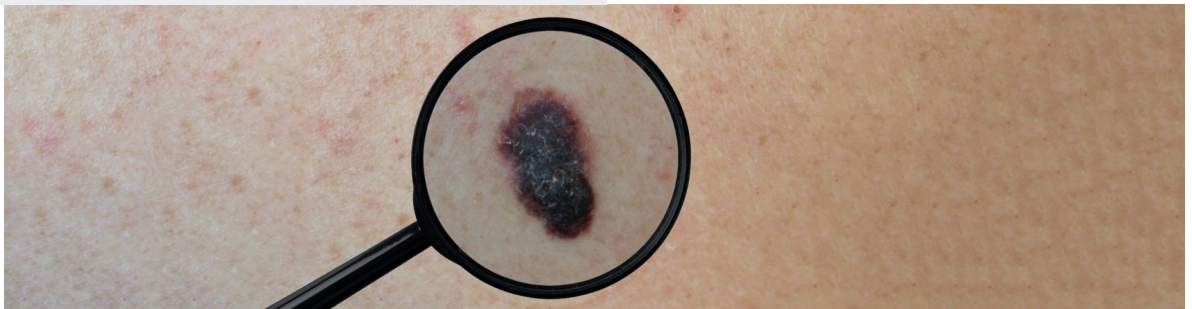
Chefarzt Prof. Dr. med. Rudolf A. Herbst
Oberärztin Dr. med. Ivonne Kellner

Terminsprechstunde (Überweisung des Hautarztes erforderlich)

Nach Vereinbarung und Anmeldung durch den
Hautfacharzt

Telefonische Anmeldung täglich 13:00 bis 15:00 Uhr

Telefon: (0361) 781-5014, 5018





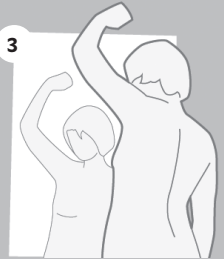
1



2



3

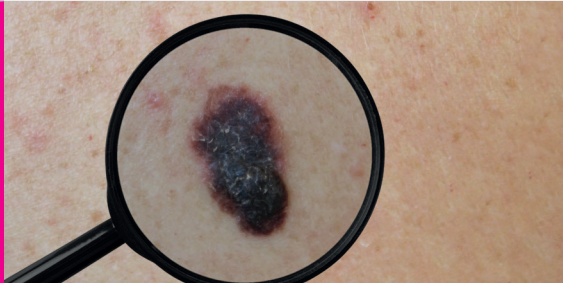


4



Selbstuntersuchung der Haut

1. Kontrollieren Sie im Spiegel sorgfältig Ihr Gesicht, den Hals, die Ohren und die Kopfhaut. Der Handspiegel und ein Föhn helfen Ihnen die Kopfhaut besser zu sehen.
2. Untersuchen Sie mit Hilfe des Spiegels den Nacken, die Rückseiten der Arme sowie den ganzen Rücken.
3. Stellen Sie sich vor den Spiegel und heben Sie die Arme nach oben. Betrachten Sie Ihren ganzen Körper, drehen Sie sich dabei leicht nach links und rechts. Denken Sie auch an die Hände und Unterarme.
4. Untersuchen Sie sitzend Ihre Beine, dann die Füße sowie die Genitalien und den After. Nehmen Sie einen Handspiegel zu Hilfe.



Die ABCDE-Regeln bei Pigmentflecken

A = Asymmetrie

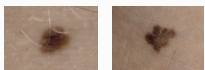
regelmäßige
Gestalt



unregelmäßige
Gestalt

B = Begrenzung

regelmäßige
Begrenzung



unregelmäßige
Begrenzung

C = Color (Farbe)

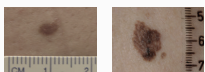
gleichmäßig
hellbraun
pigmentiert



dunkler,
ungleichmäßig
pigmentiert

D = Durchmesser

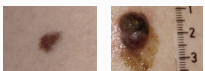
unter 5 mm



größer als
5 mm

E = Erhabenheit

flacher
Befund, im
Hautniveau



Befund über
Hautniveau
erhaben

Die jeweils auf der rechten Seite dargestellten Unregelmäßigkeiten können Hinweis darauf sein, dass eine Hautveränderung nicht mehr gutartig ist. Sie sollte kurzfristig einem Hautfacharzt vorgestellt werden.

Daneben sind auch Hautveränderungen verdächtig, die sich vergrößern, in Farbe und Form verändern oder aufbrechen.

Wenn Sie Fragen haben, fragen Sie uns

Helios Hauttumorzentrum Erfurt

Nordhäuser Straße 74
99089 Erfurt

Chefarzt

Prof. Dr. med. Rudolf A. Herbst

Telefon (0361) 781-5014, -5018
(Für Rückfragen,
tägl. 13:00 bis 15:00 Uhr)

Telefax (0361) 781-4302

E-Mail kerstin.perthes
@helios-gesundheit.de

Folgen Sie uns:

