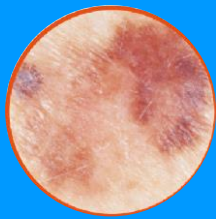


## ABCD METHODE: BEHALTEN SIE IHRE MUTTERMALE IM BLICK!

Eine regelmässige Selbstuntersuchung Ihrer Haut ist unbedingt notwendig, um ein Melanom rechtzeitig zu erkennen. Die ABCD Methode hilft Ihnen, das Aussehen und Veränderungen von Muttermalen systematisch zu kontrollieren.

Diese wurde von Dermatologen entwickelt, bestätigt und wird weltweit genutzt. Jeder Buchstabe entspricht einer Eigenschaft von Muttermalen, die Sie im Blick behalten sollten:



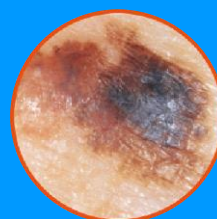
### A für Asymmetrie

Ein Muttermal, das keine runde oder ovale Form hat, dessen Konturen und Färbungen nicht gleichmässig oder symmetrisch sind.



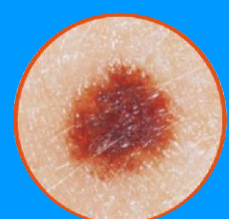
### B für Begrenzung

Die Ränder sind unregelmässig und unscharf.



### C für Colour = Farbe

Ein Muttermal mit mehreren unterschiedlichen Farben (braun, rot, weiss, etc...)



### D für Development = Entwicklung

Ein Muttermal, das seine Grösse, Form, Dicke oder Farbe schnell ändert, muss von einem Dermatologen untersucht werden.

Im Durchschnitt besitzt eine Person um die zwanzig Muttermale, die über Gesicht und Körper verteilt sind. Je mehr Muttermale eine Person hat, desto grösser ist das Risiko für diese Person Hautkrebs zu entwickeln. Aktuellen Studien zufolge gilt, **dass 65% der Melanome aus vorher nicht existierenden Muttermalen entstehen\***. Daher ist es absolut notwendig, sich seiner Muttermale bewusst zu sein und dessen Erscheinung und Veränderung zu beobachten.

\*<http://www.who.int/uv/faq/skincancer/en/index1.html>

## NICHTS ERSETZT DIE DIAGNOSE EINES DERMATOLOGEN

Wenn Sie ein hohes Risiko haben, wenn Sie neue, verdächtige Muttermale auf Ihrer Haut bemerkt haben oder ein Muttermal, das sich in den letzten Wochen auffällig in seinem Aussehen verändert hat oder wenn Sie Ihre Haut bisher noch nie von einem Dermatologen untersucht haben lassen, empfehlen wir Ihnen dringend zur Hautkrebsprävention zu gehen.

Je früher Hautkrebs diagnostiziert wird, desto grösser sind die Chancen, dass er erfolgreich behandelt werden kann.

Zwischen den Arztbesuchen laden wir Sie ein, unsere Webseite [www.laroche-posay.ch](http://www.laroche-posay.ch) zu besuchen und Ihre Muttermale im Auge zu behalten!