

Aktinische Keratosen

Die aktinische Keratose ist eine **Vorstufe** des sogenannten weissen Hautkrebses und grundsätzlich heilbar.

„Aktinische Keratose“ setzt sich aus den griechischen Worten Aktis = (Sonnen-)Strahl - und Kéra = Horn - zusammen. Es lässt sich daher leicht herleiten, dass diese „Verhornungen“ der Haut durch zu viel UV-Strahlung verursacht werden.

Die Haut vergisst nichts und vergessen wir nicht: für Strahlung haben wir Menschen kein Sinnesorgan. So können zahlreiche im Wesentlichen unbemerkte Lichtschäden mit der Zeit zu aktinischen Keratosen führen. Meist zeigen sie sich erstmals ab dem 50. Lebensjahr, doch aufgrund der verstärkten Lichtexposition auch zunehmend bei jüngeren Menschen.

Wie entstehen aktinische Keratosen?

UV-A und UV-B-Strahlen der Sonne bzw. des Solariums können das Erbgut in den Zellen der obersten Hautschicht verändern. Diese veränderten Zellen beginnen daraufhin sich langsam aber unkontrolliert zu vermehren und es entsteht eine aktinische Keratose. Typisch sind kleine, rötliche oder bräunliche Flecken mit fest haftenden Schuppen, vergleichbar mit rötlichem oder bräunlichem Schmirgelpapier. Diese Stellen können auch zu flächigen Hautveränderungen „zusammenwachsen“. Bei extremer Verhornung kann sich ein spitzes Hauthorn bilden.

Aktinische Keratosen entstehen vor allem im Gesicht, an den Ohrmuscheln, den Handrücken oder im Décolleté und bei Männern auf der Glatze – also Hautareale, die intensiv dem Licht ausgesetzt sind – die sogenannten „Sonnenterrassen“.

Wann wird es gefährlich?

Rund zehn Prozent der aktinischen Keratosen entwickeln sich im Verlauf von zehn Jahren zu einer Form des weissen Hautkrebses: ein Plattenepithelcarcinom. Dieses muss möglichst bald operativ entfernt werden, denn es handelt sich um einen bösartigen Tumor, der Ableger (Metastasen) bilden kann. Damit es gar nicht erst soweit kommen kann, ist es wichtig, aktinische Keratosen zu behandeln und vorbeugende Massnahmen zu treffen (siehe unten).

Wer ist gefährdet?

Bereits rund 15 Prozent aller über 40-jährigen Mitteleuropäer weisen aktinische Keratosen auf. Personen, die im Freien arbeiten, sind besonders gefährdet. Einem deutlich erhöhten Risiko sind hellhäutige Menschen ausgesetzt sowie Patienten unter Medikamenten, die das Immunsystem unterdrücken (zum Beispiel aufgrund einer Organtransplantation oder einer schweren entzündlichen Krankheit).

Bei Verdacht solle man eine Fachperson um Rat fragen.

Wie wird therapiert?

Die aktinischen Keratosen werden mit Hilfe verschiedener Methoden entfernt: physikalische und chemische. Sie können zum Beispiel mit Kryotherapie – der Vereisung mit flüssigem Stickstoff – gezielt behandelt werden. Dabei wird die betroffene Hautstelle oberflächlich zerstört und beim Reparaturvorgang bilden sich neue Zellen. Bei flächig ausgeprägten aktinischen Keratosen bietet sich eine Therapie mit einer Creme oder einem Gel an, die teilweise mehrere Monate aufgetragen werden müssen. Daneben gibt es weitere Therapiemöglichkeiten.

Die wichtigste vorbeugende Massnahme ist ein konsequenter Lichtschutz: Sonnencreme mit Schutzfaktor 50 jeden Tag für Gesicht und Décolleté.