

Schönheitsfleck oder Hautkrebs?

Die Kriterien:	spricht für	gutartig	Kontrolle nötig
A: Asymmetrie (auch bzgl. Innenstruktur)		keine	vorhanden
B: Begrenzung		klar	unregelmässig
C: Color = Farbe		eine	mehrere
D: Dynamik (Veränderung)		keine	vorhanden

ABCD Kriterien

A symmetrie

Wie ist die Aussenform?



Eher rund und symmetrisch



Asymmetrisch

B egrenzung

Wie sehen die Ränder aus?



Regelmässig und scharf abgegrenzt



Ungleichmässig und unscharf

C olor / Farbe

Wieviele Farben sind zu sehen?



Nur eine Farbe



Mehrere Farben

D ynamik

Verändert sich der Gesamteindruck gemäss der o.g. Kriterien plötzlich schneller?



Kontrollieren Sie Ihre Muttermal zwei Mal pro Jahr wie folgt:

1. Gesicht, inkl. Ohren und soweit möglich Kopfhaut
2. Oberkörper, am Rücken mit Hilfe von zwei Spiegeln, Intimbereich nicht vergessen
3. Arme, auch Rückseiten, inkl. Hände und Handflächen
4. Beine, auch Rückseiten, inkl. Füsse und Fusssohlen

Fertigen Sie zur einfacheren Kontrolle **digitale Bilder** an, mit denen Sie vergleichen können (v.a. Rücken). Im Zweifelsfall zeigen Sie ein unklares Muttermal einer Hautfachperson ohne abzuwarten!

PS: Asymmetrie und Dynamik sind die wichtigeren Kriterien!