

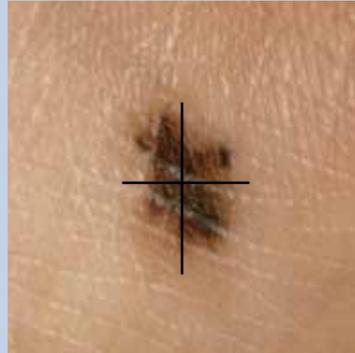
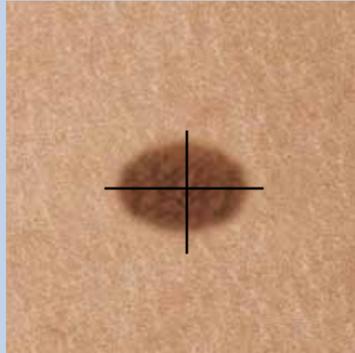
ABCD-Regel

**harmloses
Pigmentmal**

**verdächtiges
Pigmentmal**

A = Asymmetrie

Regelmässige,
symmetrische
Form



Unregelmässige,
nicht symmetrische
Form

(legen Sie ein Kreuz auf die Läsion)

B = Begrenzung

Regelmässige,
klare Ränder



Unregelmässige,
unscharfe Ränder

C = Color (Farbe)

Einheitliche
Färbung



Verschiedenfarbig,
fleckig

(insbesondere randständig dunkler)

D = Dynamik

Verändert
sich nicht



Verändert sich
(Grösse, Farbe,
Form oder Dicke)

(auch Schmerzen/Juckreiz, etc.)

Untersuchen Sie Ihre Haut regelmässig auf Veränderungen!
Zeigen Sie Ihre auffälligen Pigmentmale einem Dermatologen:

Führen Sie alle 2 Monate Selbstkontrollen der gesamten Haut durch (auch Schleimhäute, Zehenzwischenräume und Fingernägel nicht vergessen).

Hautarztkontrollen je nach Situation (Alter, Anzahl Male, vorangegangene Hautkrebserkrankungen oder Risikosituationen): in jährlichen oder kürzeren Abständen.

Praxis im Struppen, Dr.med. Mario R. Graf, Im Struppen 1, 8048 Zürich, Tel.: 044 431 36 36

