

PULS

Ausgabe 17
Sommer 2025



Ihr Gesundheitsmagazin für das Bergische Land



Besser schützen

Onkologin berät umfassend zur Haut

Besser essen

Apotheker gibt Tipps zur Krebsvorsorge

Besser aufhören

Therapeutin hilft mit Rauchfrei-Programm



Neda Klee.
Fotos: Klee

„Sonnenschutz ist Hautschutz“

Interview

Neda Klee, Fachärztin für Onkologie, Hämatologie, Palliativmedizin und Ernährungsmedizin über Prävention und Therapiebegleitung.

Frau Klee, Sie sind seit vielen Jahren als Onkologin tätig. Welche Bedeutung hat Sonnenschutz gerade im Sommer für Ihre Patientinnen und Patienten?

Neda Klee: Eine sehr große. Menschen, die sich einer onkologischen Therapie unterziehen, sind in vielerlei Hinsicht besonders empfindlich – auch was die Haut betrifft. Chemotherapien, Immuntherapien, Bestrahlungen, aber auch zielgerichtete Therapien führen oft zu einer erheblichen Beeinträch-

tigung der so genannten Hautbarriere. Die Haut wird dünner, trockener, reagiert schneller auf äußere Reize – vor allem auf Sonnenlicht. In der Folge kommt es zu Rötungen, Entzündungen, aber auch zu ernsthaften Schädigungen, die das Risiko für Hautkrebserkrankungen erhöhen können. Sonnenschutz ist in dieser Situation nicht optional, sondern medizinisch notwendig.

Also ist Lichtschutz unter Therapie eine medizinische Maßnahme?

Absolut. Leider wird dies oft unterschätzt. Während der onkologischen Behandlung ist der Schutz vor UV-Strahlung ein fester Bestandteil unterstützender Begleitmaßnahmen. Ich erlebe regelmäßig, dass Patientinnen nicht wissen, welches Produkt geeignet ist. Das hat mich motiviert, mich selbst intensiv mit dem Thema zu beschäftigen.

Warum ist UV-Strahlung so gefährlich – auch jenseits der Krebsbehandlung?

Sie ist der bedeutendste exogene Risikofaktor für die Entstehung von Hautkrebs – das betrifft nicht nur das maligne Melanom, sondern auch das Basalzell- und Plattenepithelkarzinom. Neben Krebserkrankungen gibt es zudem eine Vielzahl gutartiger Hautveränderungen, die durch Sonne ausgelöst oder verschlechtert werden – zum Beispiel Lichtdermatosen und chronische Entzündungen. Sie bleiben oft über Jahre unbemerkt.

Was empfehlen Sie, wenn es um die Auswahl eines geeigneten Produkts geht?

Wichtig sind aus meiner Sicht vier zentrale Kriterien: Erstens ein hoher Lichtschutzfaktor – SPF 50. Zweitens keine reizenden Zusatzstoffe, also ohne Parfüm, Alkohol und Konservierungsmittel wie Parabene. Drittens keine Silikone oder Mikroplastik, da diese die Haut zusätzlich belasten können. Viertens eine Textur, die sich auch auf empfindlicher, entzündeter oder strapazierter Haut angenehm verteilen lässt – idealerweise nicht fettend, aber auch nicht austrocknend. All das gilt nicht nur für Krebspatientinnen und -patienten, sondern auch für Menschen mit Neurodermitis, Rosazea oder sensibler



Haut. Bei Kindern, Schwangeren oder älteren Menschen ist es genauso wichtig.

Wie verändert sich die Haut durch Krebstherapien – und was macht sie so anfällig?

Jede Therapie greift auch Zellen an, die sich schnell teilen – dazu gehört die Haut. Zudem beeinflussen Medikamente das Immunverhalten der Haut, machen sie anfälliger für Entzündungen oder Überreaktionen. Immuntherapien führen nicht selten zu autoimmunähnlichen Reaktionen, auch an der Haut. Konsequenter UV-Schutz ist nicht nur vorbeugend sinnvoll, er schützt auch vor akuten Therapiekomplikationen.

Wie wichtig ist Sonnenschutz, um Hautkrebs vorzubeugen?

Wir wissen, dass regelmäßiger UV-Schutz das Risiko für Hautkrebs signifikant senkt. Studien zeigen, dass konsequentes Eincremen mit hohem Lichtschutzfaktor sogar das Wiederauftreten von bestimmten Hautkrebsformen reduzieren kann. Prävention ist ein zentraler Bestandteil moderner Medizin.

Warum ist es so schwer, das richtige Produkt zu finden?

Weil Sonnenschutz heute oft vor allem als Kosmetik verkauft wird. Es geht um Texturen, Düfte, Verpackungen – aber selten um medizinische Relevanz.

Was empfehlen Sie als Onkologin?

Mehr Bewusstsein dafür, dass Sonnenschutz keine Lifestyle-Frage ist, sondern ein präventives medizinisches Thema. Menschen, die krank sind oder sich von einer Erkrankung erholen, brauchen besonders viel Schutz. Gesunde Menschen sollten verstehen, dass UV-Schutz nicht nur vor Sonnenbrand schützt. Ich wünsche mir, dass wir in der Beratung nicht bei einem „SPF 30 reicht schon“ stehen bleiben, sondern die Hautgesundheit ganzheitlich mitdenken.



» imPULSE

www.onkologie-remscheid.de

Eischalen-Immuntherapie

- » **Anregung zur Blutbildung**
- » **Erhöhung der Widerstandskraft**



1930 Ernst Jöker: Calcium Vital Tabletten
Anregung der Blutbildung, Erhöhung der Widerstandskraft (Jökers Lebenskalk)
1958 Prof. Dr. Stefan Krompecher:
Aktivierung der Osteo-Hämatopoese (Knochen- & Blutbildung)
2001 Prof. Dr. K-D Richter, Michel O. Ruepp:
Hemmung des Zytostatikums Cyclophosphamid im Knochenmark und lymphatischen System, experimentell



290 Jahre
adler apotheke ruepp e.k.

ALLEESTRASSE 11 · REMSCHEID · TELEFON: 0 21 91/9 23 00



Je eher, desto
besser

Das maligne Melanom in Mikroskop-Ansicht. Foto: Klee

Das maligne Melanom ist die gefährlichste Form von Hautkrebs. Es entsteht aus pigmentbildenden Zellen (Melanozyten) und kann früh Metastasen bilden – sich also im Körper ausbreiten. Besonders gefährdet sind Menschen mit heller Haut, vielen Muttermalen, familiärer Vorbelastung oder häufigem Sonnenbrand, vor allem in jungen Jahren, wie die Remscheider Onkologin Neda Klee erklärt-

Risikofaktor Sonne

Zu viel UV-Strahlung schädigt das Erbgut der Hautzellen und kann die Entstehung von Krebs fördern. Wer sich schützt, senkt das Risiko deutlich: durch Kleidung, Sonnencreme mit hohem Lichtschutzfaktor (mindestens LSF 30, besser 50) und Schatten – besonders zur Mittagszeit.

Früherkennung rettet Leben

Je früher ein Melanom entdeckt wird, desto besser sind die Heilungschancen. Die sogenannte ABCDE-Regel hilft, auffällige Hautveränderungen zu erkennen.

Asymmetrie: Ist die Form ungleichmäßig?

Begrenzung: Sind die Ränder unscharf oder unregelmäßig?

Colour: Gibt es unterschiedliche Farben innerhalb des Muttermals?

Durchmesser: Ist das Muttermal größer als fünf Millimeter?

Entwicklung: Hat sich das Muttermal

Vorsorge

Die Remscheider Onkologin Neda Klee erläutert, wie man das maligne Melanom früh erkennt und wie Hautkrebs heute effizient behandelt werden kann.

verändert? Regelmäßige Selbstkontrollen und Hautscreenings beim Dermatologen sind daher essenziell.

Therapien mit neuer Stärke

In den letzten Jahren hat sich die Behandlung stark weiterentwickelt. Immuntherapien aktivieren gezielt das körpereigene Abwehrsystem. Auch personalisierte Ansätze wie mRNA-Impfstoffe oder sogenannte „tumorinfiltrierende Lymphozyten“ zeigen vielversprechende Ergebnisse. Sie können das Fortschreiten der Erkrankung bremsen – oder sogar heilen. Moderne Medizin kann viel, doch der beste Schutz bleibt: gut auf die Haut achten, sich vor der Sonne schützen und Veränderungen ernst nehmen. Denn beim malignen Melanom zählt jeder Tag.

» auf den punkt

- **Die so genannte ABCDE-Regel hilft, auffällige Hautveränderungen zu erkennen. Form, Größe und Farbgebung sind hierfür unter anderem relevant.**
- **Die Behandlung des malignen Melanoms hat sich in den vergangenen Jahren stark weiterentwickelt, unter anderem durch Immuntherapien und mRNA-Impfstoffe.**