



## Sjekke føflekkene?

Føflekkreft er den farligste formen for hudkreft. Stadig flere blir rammet, og antall tilfeller stiger raskere enn for andre typer kreft.

### Nære slektninger

Arvelige egenskaper spiller en viktig rolle i tillegg til mye sol og solbrenthet, spesielt i barn- og ungdomsårene. Hvis nære familiemedlemmer har hatt føflekkreft, bør man derfor være ekstra nøye med å beskytte seg mot solen.

### Mye sol

En rekke studier viser at det er få personer som følger dette rådet. I en studie oppga en av tre nære slektninger av personer med føflekkreft at de solte seg ofte eller veldig ofte og nesten like mange benyttet solarium minst en gang pr måned. I en annen studie viste det seg at cirka halvparten av søsken til personer med denne kreftsykdommen ikke brukte solfaktorkremer regelmessig. Fire av ti hadde vært solbrent minst en gang i løpet av siste 12 måneder.

### Typiske tegn

Følgende kjennetegn tilsier at man bør la en lege kikke på en føflekk.

- den har ujevn farge
- den øker i størrelse

- bredden overstiger 0,5 centimeter
- grensen mot normal hud er ujevn
- føflekken blør, klør eller virker irritert

### Antall føflekker

Nytten av å lete etter føflekkreft hos unge mennesker er vanligvis liten. Med økende alder bør man derimot være ekstra oppmerksom på ovennevnte endringer. Risikoen for å bli rammet av føflekkreft øker med antall føflekker man har på kroppen. Livsutsiktene er gode hvis en ondartet føflekk blir fjernet før den rekker å vokse nedover i huden.

Kilde: BMC Public Health 2011