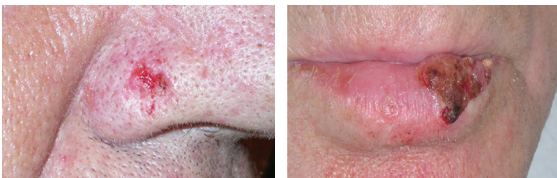


## Vanlige symptomer på basalcelle- og plateepitelkreft er:

- sår i huden som blør lett og ikke gror
- rødlig hudfortykkelse med kløe/ubehag
- misfargede knuter i huden som vokser
- eksemplignende utslett med skorper som faller av og dannes på nytt



Basalcelle- og plateepitelkreft kommer ofte i ansiktet og andre områder som har vært mye i sol. Hvis symptomene varer over 6-8 uker, bør du kontakte lege.

Bildene viser eksempler på noen av symptomene.

## Du kan minske risikoen for hudkreft

Norge er blant de land i verden som har flest tilfeller av føflekkreft. Fem til ti prosent av tilfellene skyldes arv. Hvis flere andre i familien har hatt denne kreftformen, er solbeskyttelse ekstra viktig.

Omtrent 90 prosent av all hudkreft har sammenheng med UV-stråling fra sol og solarium. Det betyr at mange tilfeller kan forebygges. Det handler ikke om å unngå sola, men å begrense tiden vi er i sol eller solarium, og spesielt unngå å bli solbrent.

### Nyt sola – unngå å bli solbrent

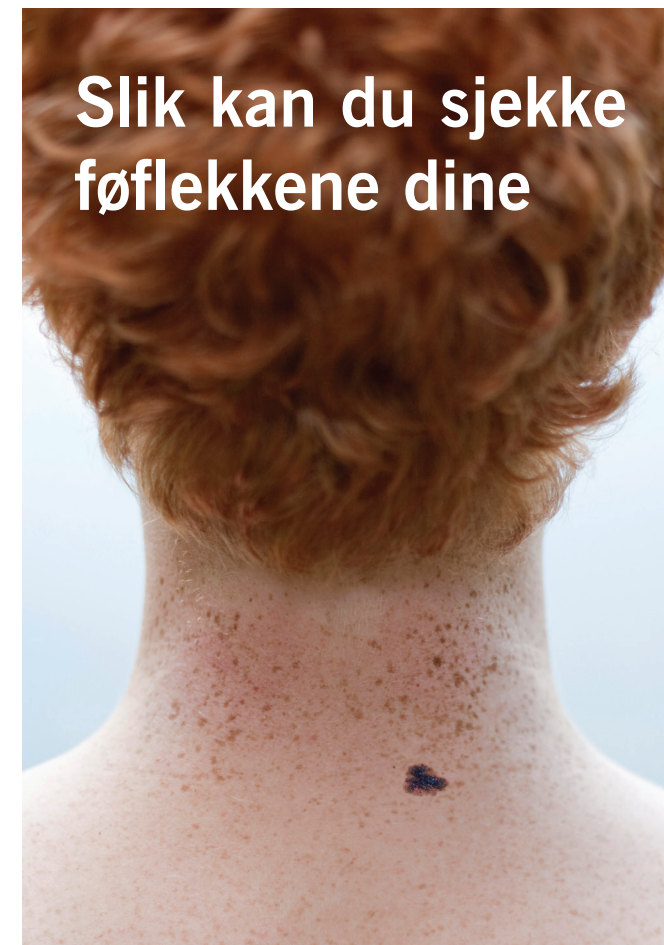
1. Skygge er den beste beskyttelsen  
– ta noen pauser fra sola mellom kl 12 og 15
2. Bruk klær, solhatt og solbriller
3. Bruk solkrem med minst faktor 15
4. Unngå solarium – det øker risikoen for føflekkreft  
Det er 18-årsgrense i solarier

Du kan lese mer om hudkreft og solbeskyttelse på [kreftforeningen.no/solvett](http://kreftforeningen.no/solvett).



Tullins gate 2, 0166 Oslo / Postboks 4 Sentrum, 0101 Oslo / t: 07877  
[servicetorget@kreftforeningen.no](mailto:servicetorget@kreftforeningen.no)

Juni 2014. Forsidefoto: Scampix



KREFTFORENINGEN

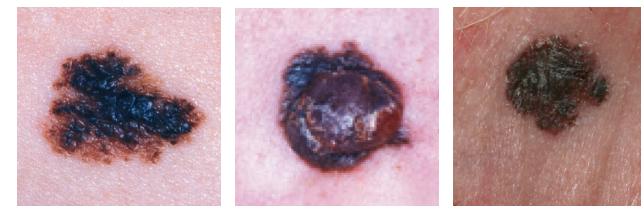
## Se etter en føflekk som ikke ligner de andre du har

Fordi huden hele tiden er i forandring kan det virke vanskelig å følge med på hudforandringer, spesielt hvis du har mange føflekker eller fregner. Det er normalt å ha føflekker, og det er viktig å holde et øye med dem. Frem til 30-40 årsalderen er det normalt at føflekker kan vokse til omtrent 5 mm størrelse.

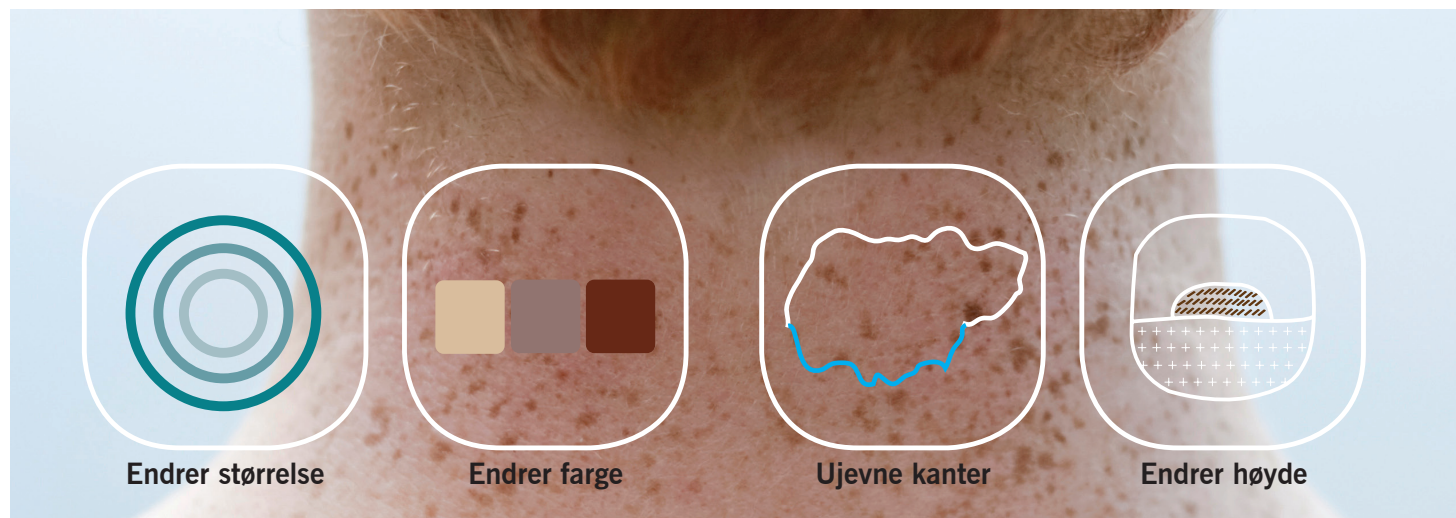
Malignt melanom	<b>Føflekkreft.</b> Den alvorligste formen for hudkreft, som hvert år over 1700 får og rundt 325 dør av.
Ikke-melanom hudkreft	<b>Basalcellekreft.</b> Den mest vanlige hudkreftformen, med over 20.000 tilfeller årlig. Den er mindre alvorlig, men kan være plagsom og kreve mye behandling. <b>Plateepitelkreft.</b> Kan i sjeldne tilfeller spre seg, hvis den ikke behandles. Drøyt 1600 tilfeller i året.

## Følg med, hvis du har en føflekk som:

- vokser eller endrer form
- endrer farge, spesielt til svart
- klør eller blør
- danner et sår som ikke vil gro



Eksempler på føflekkreft



Hvis du merker noen slike forandringer, er det viktig å gå tidlig til legen. Symptomene behøver ikke å være tegn på kreft, men du bør likevel ta dem alvorlig. Føflekkreft kan oppstå enten i en ny føflekk, eller i en du har fra før. Sjansen for å bli helt frisk av føflekkreft avhenger av at svulsten oppdages så tidlig som mulig, før den har spredd seg.