

Gode råd til dig, der er organtransplanteret

Erfaringer har vist, at organtransplanterede patienter har en øget risiko for at udvikle hudkræft i forhold til befolkningen som helhed.

Denne øgede risiko omfatter alle typer af hudkræft, men gælder især de almindelige former: basalcellekræft og pladecellekræft. Nogle typer af hudkræft optræder op til 250 gange hyppigere hos organtransplanterede patienter og udvikles 20-30 år tidligere sammenlignet med ikke-organtransplanterede personer.

Den øgede risiko for hudkræft skyldes den immundæmpende behandling, der gives til alle, der får foretaget organtransplantation. Behandlingen gives for at forhindre, at det nye organ bliver afstødt. Behandling kan derfor ikke undværes.

På grund af denne medicin er immunsystemet ikke i stand til at udbedre skader i huden fremkaldt af solens UV-stråler, og behandlingen kan på denne måde være medvirkende til udvikling af hudkræft.

SÅDAN NEDSÆTTER DU RISIKOEN

Følg de 6 sikre solråd:

Siesta

Gør som i de varme lande - tag en pause fra den stærke middagssol og de kraftigste UV-stråler i perioden fra april til oktober. Undgå solen særligt midt på dagen mellem klokken 12 og 15. Rejser man sydpå, gælder rådet om siesta hele året og tidsrummet øges fra klokken 11 til 16. Ved ophold udendørs i de nævnte tidsrum, skal man være ekstra opmærksom på anvendelse af anden solbeskyttelse.

Skygge

Søg skyggen, fx under træ, parasol eller indendørs. Vær opmærksom på, at solstråler og hermed også UV-strålerne reflekteres af vand, sand, vinduer, beton og sne.

Soltøj

Huden kan også beskyttes mod solen ved hjælp af påklædning, med fx bredskygget hat (som dækker hoved og ører og skygger for ansigt og nakke), løstsiddende tøj af tætvet stof, UV-tøj og solbriller.

Solcreme

Brug rigeligt med solcreme fra april til oktober samt ved rejser sydpå, solrige egne og skiferier. Brug en solfaktor 50 med både UVA- og UVB-beskyttelse. Anvend en hel håndfuld solcreme til en hel krop – hud dækket af "soltøj" behøver ikke indsmøring. Smør solcreme på 20 minutter før ophold udendørs, og gentag herefter påsmøring hver 2. time ved længere ophold udendørs. Husk at smøre ører, læber og øjenlåg. Find en solcreme, som du har lyst til at bruge.

Solarie

Sluk solariet. Anvend ikke solarie. De ER kræftfremkaldende uanset rørtype.

Selvundersøgelse

Undersøg din hud regelmæssigt, cirka hver 3. måned. Få nogen til at se på din ryg. Vær særligt opmærksom på sår, der ikke heler i løbet af en måned, nye knuder i huden og ændringer i eller nytilkomne modermærker. Du kan læse mere på hjemmesiden www.hudkræft.com, hvor du også finder en video med en guide til selvundersøgelse, og hvad du skal være opmærksom på.

Brug UV-indekset som støtte til solrådene

Som en hjælp til at vide præcis, hvornår det er nødvendigt at beskytte sig mod solen, kan man støtte sig til UV-indekset. UV-indekset er et mål for intensiteten af UV-strålerne, der rammer jordens overflade. Når UV-indekset er over 3, er det nødvendig med solbeskyttelse i form af siesta, skygge, soltøj og solcreme. Typisk er UV-indekset over 3 i perioden fra april til oktober her i Danmark. Har du en smartphone, kan du downloade app'en "UV-indeks" på telefonen. Den giver et fint overblik over dagens UV-indeks, uanset hvor i verden du måtte befinde dig.



Det er aldrig for sent at beskytte sig mod solskader!

SÆRLIG INFORMATION

Den immundæmpende medicin gør, at vortevirus (HPV) kan blusse op. Vortevirus kan bidrage til øget kræft risiko. Vortevirus kan vise sig som:

- Finger- og fodvorter
- Kønsvorter
- Celleforandringer på livmoderen eller ved endetarmen
- Vorter på anden hud eller slimhinde.

For at forebygge dette bør du som kvinde få foretaget undersøgelse for celleforandringer på din livmoder en gang årligt hos din egen læge. Hvis du opdager en vorte på huden, skal du kontakte Afdeling for Hud- og Kønssygdomme med henblik på snarlig behandling.

HPV-vaccination kan anbefales, da det kan forebygge vorter og udvikling af visse kræftformer.

SÅDAN FÅR DU HJÆLP

Årlig undersøgelse

Hudlægen tilbyder en årlig undersøgelse af din hud efter organtransplantationen.

Hvis du allerede har fået konstateret hudkræft

Hudlægen tilbyder at kontrollere din hud hver 3.-6. måned, hvis du allerede har fået konstateret hudkræft.

Hudkræft hos organtransplanterede behandles ofte med kirurgi. Derudover findes flere forskellige medicinske behandlinger. Ofte kan forstadier til hudkræft og tidlige stadier af hudkræft behandles med en creme eller lignende med et godt kosmetisk resultat.

I nogle tilfælde vil man kunne ændre eller reducere den immundæmpende behandling. Dette vil foregå i samarbejde med din stamafdeling.

Nye forandringer i huden

Hvis du bliver opmærksom på nye forandringer i huden (inkl. vorter) ved selvundersøgelse i tiden

mellem hudkontrollerne, er du velkommen til at kontakte Afdeling for Hud- og Kønssygdomme og aftale at fremrykke tiden til undersøgelse.

KONTAKT OG MERE VIDEN

Har du spørgsmål, er du velkommen til at kontakte os. Vil du vide mere om sol og solbeskyttelse, kan du eventuelt se mere på patienthåndbogen.dk. Søg på 'solbeskyttelse'.



Kontakt

Afdeling for Hud- og Kønssygdomme

Tlf. 97 66 66 60

Vi træffes bedst:

Mandag – fredag 8.00 – 9.00