

## Følgende tegn bør føre til, at man søger læge:

1. Vedvarende kløe eller ændret fornemmelse i et modermærke
2. Modermærket måler mere end en centimeter (1 cm)
3. Modermærket bliver ved med at vokse eller giver sig til at vokse hos en voksen person
4. Modermærkets omrids bliver uregelmæssigt som et landkort
5. Farven varierer inden for modermærket, og der opstår sorte eller blålige nuancer
6. Huden bliver rødlig i en bræmme omkring modermærket
7. Modermærket danner skorpe eller bløder

### Forebyggelse

Vi ved ikke med sikkerhed, hvorfor hyppigheden af modermærkekræft stiger i disse år. Solen spiller en rolle, men sammenhængen er ikke den simple, at risikoen øges med mængden af sollys, man udsættes for. Mennesker med udendørs arbejde har ikke forøget risiko for modermærkekræft. Det ser faktisk ud til, at risikoen er større for mennesker, som har indendørs arbejde, men en udendørs hobby. Pludselige kraftige solpåvirkninger, som medfører solskoldninger, ser ud til at kunne fremme omdannelse af et modermærke til kræft.

### Undgå derfor solskoldninger:

- ved at begrænse soludsættelsen først på sommeren og ved ferier i syden
- ved at bruge solbeskyttelsesmidler, indtil huden er brun
- ved at sørge for, at børnene bliver beskyttet mod for megen sol

Hudlægen informerer om

# Pigmenterede modermærker (nævi)



## PIGMENTEREDE MODERMÆRKER (NÆVI)

Pjecen omtaler følgende emner:

1. Det normale pigmenterede modermærke
2. Modermærkekræft (malignt melanom)
3. Forandringer ved pigmenterede modermærker, som bør vække mistanke om unormale modermærker eller modermærkekræft
4. Forebyggelse

### Det normale pigmenterede modermærke

Praktisk taget alle mennesker har pigmenterede – brunfarvede – modermærker (omtales herefter kun som modermærker), men antallet veksler meget fra person til person. I nogle familier har medlemmerne mange modermærker. I andre familier har man kun ganske få.

Kun en af hundrede nyfødte har et synligt modermærke ved fødslen. Disse medfødte modermærker er ofte større end modermærker, som kommer senere i livet, og de bliver ofte efterhånden behårede. Ved 10 års-alderen har vi i gennemsnit udviklet 2-3 modermærker, formentlig ud fra anlæg, der allerede var til stede ved fødslen. Ved slutningen af pubertetsalderen har vi i gennemsnit ca. 20 modermærker. Omkring 30 års-alderen når vi det største antal modermærker på 25-30. Der er tale om gennemsnitstal, der kan variere fra nogle få modermærker til flere end hundrede.

Fra 30 års-alderen aftager antallet af modermærker, således at gamle mennesker i gennemsnit kun har 5 tilbage. Det almindelige modermærke gennemgår altså en udvikling i løbet af livet. Udviklingen for det enkelte modermærke kan dog stoppe på ethvert tidspunkt.

Et modermærke starter typisk som en lille brun plet, der i løbet af år vokser til nogle få millimeters størrelse. Udviklingen stopper ofte på dette trin, men modermærket kan også udvikle sig videre, men nu i tykkelsen, så det fra at være en plet bliver en brun knop af forskellig størrelse og med eller uden hårvækst. Modermærket holder sig nu uændret gennem en årrække eller vokser kun meget langsomt. Når modermærket senere i livet atter svinder, sker det ved, at pigmenteringen aftager i løbet af en årrække. De modermærker, som havde udviklet sig til brune knopper, omdannes til lyse, hudfarvede knopper og ender ofte som små stilkede hudlapper.

**Når der er tale om den normale udvikling af modermærker, sker forandringerne langsomt i løbet af måneder og år.**

### Modermærkekræft (malignt melanom)

Interessen for modermærker skyldes dels de kosmetiske gener, modermærker kan medføre, dels at modermærker kan udvikle sig til en ondartet svulst, modermærkekræft eller malignt melanom.

Modermærkekræft er ikke særlig almindelig, men i det meste af den vestlige verden er hyppigheden stigende. I begyndelsen af 1970'erne blev der fundet ca. 320 tilfælde pr. år i Danmark, i begyndelsen af 1990'erne 800 tilfælde og i 1998 ca. 900 tilfælde pr. år.

Da en modermærkekræftsvulst er synlig i huden, og da der i reglen forekommer tydelige ændringer i vækst, farve og facon inden for et tidsrum, da svulsten endnu kan helbredes kirurgisk, er det vigtigt at kende eksistensen af denne type svulst.

Der er tale om en alvorlig kræftform, som man risikerer at dø af, hvis svulsten spreder sig i kroppen. Chancen for helbredelse er steget gennem de sidste 20 år. Chancen for stadig at være i live fem år efter behandlingen steg fra knap 70% i 1967 til 80% i 1990. Denne forbedrede overlevelse skyldes først og fremmest, at patienterne nu kommer til lægen på et så tidligt tidspunkt, at sygdommen kan helbredes.

### Forandringer ved pigmenterede modermærker som bør vække mistanke om modermærkekræft

Som nævnt under omtalen af det almindelige modermærke er det karakteristisk, at de naturlige forandringer, der sker med et modermærke, altid forløber ganske langsomt over måneder og år. Den unormale vækst er næsten altid meget hurtigere.

Man kan derfor generelt sige: **At ethvert modermærke, der forandrer sig i løbet af uger til få måneder dels i forhold til det oprindelige udseende, dels i forhold til de øvrige modermærker, som man har, bør mistænkes for at være begyndende modermærkekræft, og man bør derfor søge læge.**

I listen på næste side nævnes nogle af de forandringer, der hyppigt vil være tale om. Men listen er kun vejledende og andre forandringer kan ses, så enhver ændring, der får et modermærke til at adskille sig klart fra de øvrige modermærker, bør vække mistanke.