



**La plupart des taches qui apparaissent sur la peau sont absolument inoffensives.**

**Il faut cependant opérer des distinctions et le médecin généraliste ou dermatologue vous informera sur le dépistage précoce du cancer de la peau.**

### Dépistage précoce du cancer de la peau à partir de 35 ans

Le cancer de la peau est l'un des cancers les plus répandus en Allemagne : on enregistre chaque année chez plus de 230.000 nouveaux cancers de la peau, dont environ 28.000 pour la forme la plus dangereuse, le mélanome malin également appelé cancer de la peau noire. S'il est identifié à un stade précoce, le pronostic de guérison du cancer de la peau est très bon.

Pour cette raison, les assurés de plus de 35 ans affiliés de droit à la sécurité sociale ont droit tous les deux ans à un examen de

dépistage du cancer de la peau auprès des médecins généralistes qualifiés et des dermatologues. Certaines caisses maladie prennent même en charge les frais du dépistage précoce du cancer de la peau à un âge plus précoce.

L'examen consiste à dépister le cancer de la peau si possible à un premier stade. En effet, le mélanome malin se propage rapidement et forme très vite des métastases dans d'autres organes.

### Ce que fait le médecin

#### 1 Entretien

L'examen est effectué par le dermatologue ou des généralistes spécialement qualifiés dans ce domaine. Il commence par un entretien établissant un bilan de situation (anamnèse). Le médecin vous demandera par exemple si un cancer de la peau est déjà apparu chez vous ou chez un membre de votre famille et si, ces derniers temps, vous avez constaté chez vous une modification de la peau.

#### 2 Examen

Ensuite, le médecin ausculte votre peau, de la tête aux pieds. Il sera à cet effet nécessaire que vous vous déshabilliez entièrement. Comme il examine aussi la peau de la tête, du visage et les ongles, vous devriez renoncer à un fond de teint ou au vernis à ongles pour l'examen et ne pas porter de coiffure de type sculptural (pas de gel ou de spray pour les cheveux, pas de coiffure en tresses). L'utilisation d'un épimicroscope - il s'agit d'une loupe spéciale diffusant de la lumière, ne fait pas partie de l'examen de dépistage précoce du cancer de la peau et n'est pas pris en charge par les caisses maladies légales.

#### 3 Consultation

Le médecin vous informe ensuite des résultats de l'examen, au-delà, vous conseille sur le risque de cancer de la peau dans votre cas et vous dit comment protéger votre peau.

Si, dans son examen de dépistage du cancer de la peau, le médecin a découvert des anomalies, il vous renvoie à un dermatologue pour des examens plus poussés. Celui-ci vous ausculte une nouvelle fois et, si nécessaire, effectue un prélèvement de peau. C'est seulement l'examen de laboratoire qui permet de dire s'il y a effectivement des cellules cancéreuses. Lorsque les résultats sont arrivés, le dermatologue fait avec vous le bilan des résultats et, si nécessaire, ordonne un traitement.



**Le contrôle de dépistage du cancer de la peau est rapide, sans douleur et simple.**

## Prévenir le cancer de la peau

L'un des facteurs de risque importants du cancer de la peau est une exposition trop prolongée et trop intense aux rayonnements ultraviolets (UV). Un risque qu'il est pourtant possible d'éviter :

- ▶ Protégez votre peau par des vêtements et un couvre-chef appropriés.
- ▶ Utilisez une crème solaire avec UV-A et UV-B et facteur de protection contre la lumière solaire correspondant à votre type de peau (taux de 25 à 50%). Appliquez régulièrement la crème.
- ▶ Évitez l'exposition au soleil intense de midi, entre 11 h 00 et 15 h 00.
- ▶ Ne jamais exposer les enfants en bas âge à la lumière directe du soleil : leur peau est particulièrement sensible.
- ▶ Examinez vous même votre peau une fois par mois et veillez surtout à l'apparition de modifications. Les règles ABCDE vous y aident.

## Gardez le contrôle de votre peau Conseils pour l'examen personnel de la peau

C'est vous qui connaissez le mieux votre corps. Contrôlez votre peau en profondeur une fois par mois et identifiez les modifications de la peau. Les règles ABCDE vous aident pour décider si un naevus, également appelé tache de rousseur, doit être examiné par le médecin. Adressez-vous à un dermatologue ou un généraliste qualifié si une tache de peau sombre se distingue par l'une ou plusieurs des caractéristiques suivantes :

**A** comme **asymétrie** : Une tache de rousseur bénigne est généralement parfaitement ovale ou formée en longueur. Le cancer noir de la peau se caractérise en général par une forme de longueur variable et asymétrique.

**B** comme **bordure** : Une bordure floue peut être le signe d'une tumeur maligne. Surveillez particulièrement les bords délavés, en zigzag ou irréguliers et les bordures rugueuses.

**C** comme **couleur** : Les naevus ont une couleur uniforme. Les variations de coloration, les taches plus claires et plus sombres doivent être contrôlées.

**D** comme **diamètre** : Faites contrôler les taches pigmentées qui ont un diamètre supérieur à cinq millimètres.

**E** comme **évolution** : La tache pigmentée s'est modifiée depuis que vous vous êtes ausculté la dernière fois.

## Recherche de médecins dans toute l'Allemagne

Vous cherchez un médecin ou un psychothérapeute ? Vous pouvez accéder à notre recherche de médecin dans toute l'Allemagne sur Internet à l'adresse [www.kbv.de/arztsuche](http://www.kbv.de/arztsuche). Elle est également disponible comme **application gratuite** dans l'App Store. Les associations des caisses de médecins conventionnés proposent en permanence les données actuelles sur les médecins.

## Les associations des caisses de médecins conventionnés et l'Union fédérale des médecins

Environ 150 000 médecins et psychothérapeutes se chargent en Allemagne de l'assistance médicale ambulatoire. Ce sont les associations des caisses de médecins conventionnés qui veillent à ce que tout fonctionne sans difficulté :

- ▶ Elles concluent des contrats pour tous les médecins et psychothérapeutes installés avec toutes les caisses d'assurance maladie légales en ce qui concerne l'assistance ambulatoire. Les patients peuvent ainsi consulter n'importe quel médecin ou psychothérapeute, quelle que soit la caisse d'assurance maladie où ils sont assurés.
- ▶ Elles garantissent une assistance ambulatoire à toute heure, de jour comme de nuit.
- ▶ Elles vérifient les qualifications des médecins et psychothérapeutes conventionnés, contrôlent les équipements médicaux ainsi que la qualité des examens.

La confédération des 17 associations des caisses de médecins conventionnés en Allemagne est l'Union fédérale des médecins conventionnés (KBV).

[www.kbv.de](http://www.kbv.de)



Kassenärztliche  
Bundesvereinigung



PRÉVENTION

Une initiative de prévention des associations des caisses de médecins conventionnés et de l'Union fédérale des médecins conventionnés

Tampon du cabinet



Prenez en toute simplicité un rendez-vous chez votre généraliste ou dermatologue et convenez d'un examen de dépistage précoce du cancer de la peau.

