



ABCD-Regel

**harmloses
Pigmentmal**

**verdächtiges
Pigmentmal**

A = Asymmetrie

Regelmässige,
symmetrische
Form



Unregelmässige,
nicht symmetrische
Form

B = Begrenzung

Regelmässige,
klare Ränder



Unregelmässige,
unscharfe Ränder

C = Color (Farbe)

Einheitliche
Färbung



Verschiedenfarbig,
fleckig

(insbesondere randständig dunkler)

D = Dynamik

Verändert
sich nicht



Verändert sich
(Grösse, Farbe,
Form oder Dicke)

(auch Schmerzen, Juckreiz etc.)

Untersuchen Sie Ihre Haut regelmässig auf Veränderungen!
Zeigen Sie Ihre auffälligen Pigmentmale einem Dermatologen:

Selbstkontrollen sollten alle 2 Monate (mit Partnerin oder Partner) stattfinden!

Dr. med. Bernhard Graf, Facharzt FMH Allgemeine Innere Medizin, 8107 Buchs, www.dr-graf.ch