

In deze uitgave creëren wij bewustwording over de bescherming van onze huid

# De Huid



27 mei is het de 'Dag van de Zonnebrand'. Tips voor verstandig zonnen!



## Dr. Elsemieke Plasmeijer

“Maar liefst 1 op de 6 Nederlanders krijgt huidkanker”

04

(On)zichtbare schade  
De kracht van de zon en de ernst van huidkanker wordt nog vaak onderschat

05

Melanoom stadium III  
Preventieve nabehandelingen verbeteren overlevingskans

07

Goedele Liekens  
De psychologische impact van huidkanker is enorm

**ACTION**



Zenova  
zonnemelk  
Sensitive  
SPF 50

**379**  
18,95/l  
**200 ML**



# Huidkanker: onzichtbaar tot het te laat is

Het melanoom is de meest agressieve vorm van huidkanker en potentieel dodelijk. Toch stapt niet iedereen direct naar de huisarts bij het opmerken van een verdacht vlekje.

Geschreven door Marjolein Straatman

“Een groeiende groep mensen is zich bewust van de gevaren van zonschade. Toch maken we ons ook zorgen. Zeker aan het begin van de coronapandemie bezochten minder mensen een arts na het ontdekken van een verdacht vlekje op het lichaam. De vrees bestaat dat we straks meer patiënten met dickere melanomen gaan zien doordat deze later zijn ontdekt. Dat betekent vermoedelijk ook dat de behandelingen intensiever moeten zijn.” Aan het woord zijn Aafke Meerveld-Eggink en Sofie Wilgenhof, beiden als internist-oncoloog verbonden aan het Antoni van Leeuwenhoek. Ze zien met regelmaat patiënten met dit huidkankertype. Vorig jaar zozegd minder dan normaal. Zo nam het aantal verwijzingen vanuit de eerste lijn voor melanomen net na de komst van COVID-19 af met 25 tot 50 procent in ‘hun’ ziekenhuis, zo laten ze weten.

## Angst

Die daling valt gedeeltelijk te verklaren door angst. Een deel van de mensen met een huidandoening was, zeker in het begin van de pandemie, bang om een coronabesmetting op te lopen bij een bezoek aan de huisarts of het ziekenhuis. Als gevolg werden scans bijvoorbeeld verzet of geannuleerd door patiënten, volgens Meerveld-Eggink. Daarnaast leefde de gedachte dat de druk op de zorg toch al hoog was. Ze vervolgt: “Gelukkig zien we dat herstellen en zijn mensen er meer van overtuigd dat ze ook nu veilig en goed kunnen worden geholpen in het ziekenhuis. Bovendien waren er vóór de komst van COVID-19 natuurlijk ook al aarzelingen om aan de bel te trekken met een verdacht vlekje op het lichaam. Mensen kijken het nog aan of zijn simpelweg bang en stellen het nog even uit. Corona was een extra drempel om de zorg te raadplegen.”

## De gevaren

Een andere oorzaak voor een late diagnose is dat afwijkende plekjes soms pas laat worden ontdekt. Dat kan gebeuren als ze zich bijvoorbeeld op de rug bevinden of op een gedeelte met veel haar zoals het hoofd. Het is vaak een ander die het moet signaleren. “In die gevallen is het natuurlijk goed dat een afwijking een naaste opvalt, en ook kan het heel nuttig zijn als de omgeving erop aandringt dat een huisartsbezoek verstandig is. Hoe langer een melanoom blijft zitten, hoe meer het kan groeien. Bovendien is er een kans op uitzaaiing naar de lymfeklieren en andere lichaamsdelen”, vertelt Wilgenhof. “Na chirurgie is dan nog een nabehandeling vereist, bijvoorbeeld immuuntherapie of soms doelgerichte behandeling, die een jaar in beslag neemt. Hoe eerder je erbij bent, hoe beter het is. De kans is dan groter dat het melanoom nog relatief dun is en beter behandelbaar.”

## Bakken en de zonnebank

Er bestaan verschillende typen huidkanker. Melanoom is niet de meest voorkomende, maar wel de meest agressieve. Toch, merkt internist-oncoloog Meerveld-Eggink op, zien we op een zonnige dag op het strand nog steeds mensen ‘bakken’. Wordt de ernst van huidkanker onderschat? Door een deel van de mensen wel, meent ze. “Sommigen zonnen al jarenlang regelmatig en hebben inmiddels een diepbruine huid. Zij onderschatten de gevaren en denken dat het allemaal niet zo’n vaart loopt. Het punt met zonschade en huidziekten is dat ze zich meestal niet direct openbaren, maar pas jaren later.” Dat een deel van de mensen voor een gebruinde huid ook nog gebruik maakt van de zonnebank helpt volgens Wilgenhof evenmin mee aan de preventie van huidziekten zoals melanoom. “Het gebruik is een belangrijke oorzaak van



Hopelijk groeit ook het besef dat het belangrijk is om bij een verdacht vlekje of twijfel daarover naar de huisarts te stappen”

Meerveld-Eggink

huidschade en daarmee een echte afrader. Een land als Australië heeft niet voor niets zonnebankstudio’s verboden.”

## Bewustwording

Op eigen bodem hebben verschillende campagnes er volgens de internist-oncologen wel aan bijgedragen dat de kennis over de gevaren van de zon onder een bredere doelgroep toeneemt. De Nederlander is meer doordrongen geraakt van de noodzaak van preventieve maatregelen. Te denken valt aan het regelmatig smeren met zonnebrandcrème, het vermijden van blootstelling aan de zon tussen twaalf en twee en het bedekken van de huid met kleding. “Een positieve ontwikkeling is bijvoorbeeld dat UV-werende pakjes voor kinderen steeds beter beschikbaar zijn. Hopelijk groeit ook het besef dat het belangrijk is om bij een verdacht vlekje of twijfel daarover naar de huisarts te stappen”, zegt Meerveld-Eggink. Wilgenhof: “De huid is een orgaan dat gelukkig goed is te onderzoeken. Afwijkingen en schade tijdig ontdekken kan eraan bijdragen dat leed zoveel mogelijk wordt voorkomen.” ■



**Aafke Meerveld-Eggink**  
Internist-oncoloog  
Antoni van Leeuwenhoek



**Sofie Wilgenhof**  
Internist-oncoloog  
Antoni van Leeuwenhoek

Leestip:  
**‘Een melanoom daar schrik ik van’**