

Test uw risico op huidkanker

Hieronder vindt u een aantal beweringen. Is de bewering op u van toepassing, kies dan 'Ja'. Is dit niet het geval, kies dan 'Nee'.

Licht huidtype

Lichte, bleke huidskleur, vaak met blauwe ogen en blond of rossig haar. Mensen met een lichte huid (huidtype I en II) zijn van nature gevoeliger voor UV-straling.

☐ Ja ☐ Nee

Licht Fototype

De huid verbrandt snel in de zon en kan nauwelijks bruin worden. Dit is een risicofactor los van het feit of er daadwerkelijk een overmaat aan zonblootstelling geweest is.

☐ Ja ☐ Nee

De ernst en het aantal zonverbrandingen

Zonverbrandingen waarbij de persoon pijn heeft ervaren of niet kon slapen, al dan niet met blaren. Meerdere zonverbrandingen verhogen het risico nog verder. Bij elke keer dat iemand (als kind of als volwassene) verbrandt, stijgt de kans dat men huidkanker krijgt. Naarmate een mens in zijn leven vaker verbrandt, neemt het risico op huidkanker toe.

☐ Ja ☐ Nee

Zonverbrandingen voor het 20ste jaar

Zonverbrandingen op volwassen leeftijd dragen ook bij aan het huidkanker risico, maar veel minder dan verbrandingen op jonge leeftijd. Een overmatige blootstelling aan ultraviolette straling tijdens de kinderjaren (tot ongeveer 15 jaar). Hoe hoger de UV-belasting in de jeugdjaren, hoe groter het risico van basaalcelcarcinoom op latere leeftijd.

☐ Ja ☐ Nee

Chronische zonblootstelling

Overmatige blootstelling aan de zon wordt gezien als de belangrijkste oorzaak voor het ontstaan van huidkanker. De totale hoeveelheid ultraviolette straling die een mens in de loop van zijn leven opdoet. De ultraviolette straling van de zon en van zonneapparatuur moeten bij elkaar worden opgeteld. Als iemand een buitenberoep of heeft langere tijd in de tropen gewoond heeft, dan is de kans op huidkanker groter, de zonneschade van jarenlang wordt bij elkaar opgeteld tot een totaalom. (=cumulatieve zonblootstelling).

☐ Ja ☐ Nee



Zonneschade/leuervlekken

De huid toont permanente sproeten, met name te zien op onderarmen en schouders. Deze sproeten verdwijnen niet in de winter. Dit is chronische zonneschade, ontstaan na vele jaren te veel zon.

☐ Ja ☐ Nee

Zonneschade/actinische keratosen

De huid toont met name op hoofd/hals en handruggen meerdere ruwe plekjes met schilfertjes erop. Vaak is de huid daar ook al rimpelig en vlekkelig. Dit is chronische zonneschade, ontstaan na vele jaren te veel zon.

☐ Ja ☐ Nee

Gewone moedervlekken

Verspreid over de huid zijn veel gewone moedervlekken te vinden ("veel" is meer dan 50 bij mensen boven de 50 jaar en meer dan 75 bij mensen onder de 50). Bij veel moedervlekken (meer dan vijftig) is er een hoger risico om een melanoom te ontwikkelen.

☐ Ja ☐ Nee

Atypische moedervlekken

Atypische moedervlekken zijn grote (vlakke!) pigmentvlekken die vaak asymmetrisch zijn en wat wisselend bruin gepigmenteerd, en vaak groter zijn dan 5 mm. Atypische moedervlekken komen vaak meervoudig voor en als er meer dan 5 zijn is er een reden om jaarlijks voor een moedervlekkencheck naar de huisarts te gaan.

☐ Ja ☐ Nee

Huidkanker gehad in het verleden

Basaalcelcarcinomen komen bij een kwart van de mensen meerdere keren voor en melanomen bij ongeveer 3%

☐ Ja ☐ Nee

Familie

Als in de naaste familie (eerste- of tweede graads) melanoom voorkomt is het risico op melanoom verhoogd. Bij de andere vormen van huidkanker speelt voorkomen in de familie geen rol

☐ Ja ☐ Nee

Erfelijk melanoom (FAMMM syndroom)

In de familie zijn meerdere familieleden bekend met melanoom. De diagnose "erfelijk melanoom" wordt gesteld als er twee eerstegraads verwanten een melanoom hebben of 3 tweedegraads verwanten. Het

risico op melanoom is in de hele familie sterk verhoogd en er is specialistische controle nodig.

☐ Ja ☐ Nee

Medicatie

Medicijnen die het immuunsysteem onderdrukken, bijvoorbeeld na een orgaantransplantatie, verhogen het risico op huidkanker.

☐ Ja ☐ Nee

Leeftijd

Mensen boven de vijftig hebben een groter risico om huidkanker te krijgen. Basaalcelcarcinoom en plaveiselcelcarcinoom worden daarom vooral gezien vanaf vijftig jaar. Een melanoom kan overigens wel op jongere leeftijd ontstaan.

☐ Ja ☐ Nee