

Kwart Belgen weet niet waarop letten bij verdachte vlekjes

Campagne huidkankerpreventie: geen gratis consultaties, wel video-oproep tot zelfcheck

Een videoboodschap over hoe je best je huid checkt vervangt dit jaar, in coronatijd, de week van de gratis consultaties bij dermatologen. Geen overbodige luxe, want ook in ons land blijft het aantal huidkankerpatiënten jaarlijks stijgen. Bovendien weet ruim een kwart van de Belgen niet waarop ze moeten letten bij verdachte vlekjes. Ook controleert een op de drie Belgen zichzelf nooit. Dat blijkt uit onderzoek naar aanleiding van de preventiecampagne 2020 die Euromelanoma lanceert: 'Bescherm jezelf tegen huidkanker... kijk omhoog'. Zie je de zon, bescherm je huid dan op correcte wijze. Zie je de volle maan, check dan maandelijks je huid.

Belg bezorgd om huidkanker... maar beschermt zich niet

In opdracht van Euromelanoma, het netwerk van Europese dermatologen, polste onderzoeksbureau Indiville bij ruim 1.000 Belgen naar hun bewustzijn rond huidrisico's ⁽¹⁾. Enkele conclusies op een rij:

- *Belgen zijn bezorgd maar missen kennis*

Als het gaat om verdachte vlekjes herkennen, weet meer dan een kwart van de Belgen helemaal niet waarop letten. Dat geldt nog meer voor mannen dan voor vrouwen (30% vs. 24%). Anderzijds stelt een op de vijf perfect te weten hoe hij zijn huid zelf moet controleren. Van alle Belgen is een op de drie bezorgd – mannen evenveel als vrouwen – om ooit huidkanker te krijgen. Opvallend: hoe ouder we worden, hoe minder bezorgd we zijn. Minder verrassend: personen die huidkanker van dichtbij meemaken – beroepshalve of doordat zijzelf, familie of vrienden tegen de ziekte strijden of hebben gestreden – zijn dubbel zo bezorgd (61%) om in hun leven huidkanker te ontwikkelen.

- *Vooral jongeren en mannen zoeken geen hulp*

Uit het onderzoek blijkt dat potentieel 34% van de verdachte vlekjes onder de radar van de dermatoloog of dokter blijft. Vooral de jongere doelgroepen geven aan vlekjes verdacht te vinden bij zichzelf maar toch geen professionele hulp in te roepen (21% bij 18- tot 24-jarigen). Ook mannen laten zich minder snel verleiden tot onderzoek.

- *Walen doen meer zelfcontrole dan Vlamingen*

Een op de drie Belgen (29%) checkt nooit zelf zijn huid, 23% doet dat hooguit een keer per jaar, 26% meerdere keren per jaar en 21% controleert maandelijks. Daarbij zijn er sterke regionale verschillen: Vlaanderen telt het hoogste aandeel mensen dat zich nooit controleert op verdachte vlekjes (37% t.o.v. 24% in Wallonië en 20% in Brussel) én het kleinste aandeel dat zich maandelijks controleert (14% t.o.v. 44% in Wallonië en 52% in Brussel). Wie aangeeft niet zo bezorgd te zijn om huidkanker te krijgen, doet opvallend vaker aan zelfcontrole (34% screent minstens maandelijks).

- *Belg beschermt kinderen goed, zichzelf minder*

Hoewel heel wat Belgen bezorgd zijn, gedragen ze zich niet navenant en beschermen ze zichzelf onvoldoende op zonnige dagen. Slechts 17% smeert zich altijd voldoende in, 11% bedekt huid en hoofd zo veel mogelijk en 16% loopt nooit onbeschermd in de zon. De kinderen insmeren, doen we gelukkig beter: 70% van de ouders doet dit op zonnige dagen, van wie 41% altijd en 29% meestal.

(1) Online onderzoek 'Bewustzijn rond huidrisico's', uitgevoerd door Indiville in opdracht van Euromelanoma, bij 1.062 Belgen van 18 jaar en ouder, tussen 21 februari en 4 maart 2020.

Campagne 2020 wil Belg aanzetten tot zelfcontrole huid

In de strijd tegen huidkanker lanceert Euromelanoma, samen met Global Coalition for Melanoma Patient Advocacy, in 50 landen wereldwijd een bewustmakingscampagne. Aanpassing dit jaar: door de verscherpte veiligheidsmaatregelen in het kader van de coronacrisis, gaat de traditionele week met gratis consultaties bij dermatologen niet door. In de plaats daarvan deelt Euromelanoma een videoboodschap over hoe je zelf je huid kan onderzoeken op verdachte vlekjes. Actrice en auteur Pascale Platel toont hoe je een grondige en efficiënte [zelfcheck](#) uitvoert.

De slogan van de campagne 2020 luidt '**Bescherm jezelf tegen huidkanker... kijk omhoog – zie je de zon, bescherm je huid; zie je de volle maan, doe dan je maandelijkse skincheck.**' Veronique del Marmol, Voorzitter van Euromelanoma Europa: *"In het Huidkankerrapport 2020 worden drie belangrijke zaken aangehaald om huidkanker te bestrijden: het bewustzijn van mensen vergroten rond de risicofactoren van huidkanker, het bewust bruinen afraden (overdreven zonnen, zonnebank) én het inburgeren van zelfonderzoek thuis. Daarbij willen we iedereen aanmoedigen om maandelijks zijn huid te controleren. Om dat niet te vergeten, hebben we de volle maan gekozen als concept van de campagne: overal te zien wereldwijd, elke vier weken."*

Dermatoloog Thomas Maselis, voorzitter van Euromelanoma België: *"Zeker nu er meer mensen thuis zitten, is de boodschap: ga naar buiten, geniet op een verstandige wijze van de zon... maar bescherm je goed en controleer je huid regelmatig, dus elke vier weken. Zie je geen verdachte of vreemde vlekjes én zijn er geen andere risicofactoren – zoals huidkanker in de familie, een licht fototype, veel zonnebankgebruik... – dan moet je je niet ongerust maken en is het ook niet nodig om elk jaar een dermatoloog te consulteren voor een volledige huidcontrole. Maak je je wel zorgen, dan win je uiteraard professioneel advies in."*

België krijgt er elk jaar 41.169 huidkankerpatiënten bij

De bewustmakingscampagne blijft hameren op het belang van preventie. Professor del Marmol: *"Huidkanker is een van de weinige kankers waarvan we de oorzaak kennen: er is een rechtstreeks verband tussen blootstelling aan uv-licht en huidkanker. Dat betekent dat we huidkanker grotendeels kunnen voorkomen. Maar daar is actie voor nodig, we moeten mensen sensibiliseren om hun gedrag te veranderen. Want hoewel bijna iedereen weet dat te veel zon schadelijk kan zijn voor zijn gezondheid, beschermen veel te weinig mensen zich in de praktijk. Met alle gevolgen van dien."*

Recente cijfers uit het Huidkankerrapport 2020 liegen er niet om. In 2018 waren er wereldwijd 287.723 gevallen van melanoom-huidkanker. Specialisten verwachten voor 2025 een stijging tot 340.271 (+18%) en voor 2040 tot bijna een half miljoen mensen (466.914), wat een stijging van 62% zou betekenen ten opzichte van 2018. Het aantal sterfgevallen zal met 20% toenemen, van 60.712 in 2018 tot 72.886 in 2025 en 105.904 in 2040, een stijging van 74%.

"Dat zijn harde cijfers die de omvang van het probleem schetsen. De verwachtingen van de Wereldgezondheidsorganisatie zijn echt schokkend en moeten dienen als wake-up call. Er is actie nodig, nu, om de wereldwijde melanoom- en niet-melanoom-epidemie van huidkanker aan te pakken", aldus nog del Marmol.