Huidkanker in het kort

Het belangrijkste op twee bladzijden

Het doel van deze folder

Deze folder geeft het belangrijkste over huidkanker in het kort. Meer uitleg vind je in de folder Huidkanker en in de folders per onderwerp.

De drie-wekenregel

Een plekje of wondje dat na drie weken niet weg is, laat je bekijken.



Niet wachten bij: een nieuwe donkere vlek die snel groeit, een wondje dat steeds terugkomt, een plekje dat vanzelf bloedt, of een moedervlek met meerdere ABCDE-kenmerken.

Wat het is

Huidkanker is de meest voorkomende kanker in Nederland. De belangrijkste oorzaak is UV-straling van de zon en de zonnebank. Er zijn drie hoofdvormen: het basaalcelcarcinoom, het plaveiselcelcarcinoom en het melanoom.

Zes dingen om te onthouden

- Huidkanker doet meestal geen pijn. Geen pijn zegt dus niets.
- Een plekje of wondje dat na drie weken niet weg is, laat je bekijken.
- Bij een moedervlek telt verandering het zwaarst: groter, andere vorm of kleur, jeuk of bloeden.
- Een vlek die er anders uitziet dan al je andere vlekken, laat je ook bekijken.
- Bekijk je huid drie tot vier keer per jaar van top tot teen, ook je voetzolen en nagels.
- Bescherm je huid: schaduw, kleding, zonnebrandcrème en geen zonnebank.

Smeren in het kort

1. Kies factor 30 of hoger. Voor kinderen en een heel lichte huid factor 50.
2. Smeer een halfuur voordat je de zon in gaat.
3. Smeer dik: voor een volwassene ongeveer zeven theelepels voor het hele lichaam.
4. Smeer elke twee uur opnieuw, en na zwemmen, zweten of afdrogen.
5. Vergeet je oren, neus, lippen, schouders, nek en voetruggen niet.

Als je huidkanker hebt gehad

Na huidkanker heb je meer kans op een nieuwe huidkanker. Bekijk je huid daarom zelf regelmatig en ga naar de controles die je arts afspreekt. Bescherm je huid goed tegen de zon.

Wie helpt

Je huisarts kijkt naar een plekje en verwijst zo nodig naar de dermatoloog. Bij een vermoeden van een melanoom gebeurt dat snel. Een pedicure, kapper of schoonheidsspecialist ziet plekken die jij zelf niet ziet. Wijst die je op een plekje, laat het dan bekijken door je huisarts.

Neem contact op met je huisarts bij:

- een plekje, wondje of korstje dat na drie weken niet weg is
- een wondje dat geneest en steeds terugkomt op dezelfde plek
- een moedervlek of vlek die groter wordt, van vorm of kleur verandert, jeukt of bloedt
- een nieuwe vlek of bult die snel groeit
- een donkere streep in één nagel, of pigment op de huid naast de nagel
- twijfel over een plekje: twijfel is genoeg reden

Er is alles aan gedaan om ervoor te zorgen dat de informatie in deze folder juist is. Toch is niet elke behandeling geschikt of werkzaam voor iedereen. Je eigen arts kan je uitgebreider adviseren.

Samengesteld door dr. Annemie Galimont, dermatoloog, naar de NHG-Standaard Verdachte huidafwijkingen, de NVDV-richtlijnen Basaalcelcarcinoom, Plaveiselcelcarcinoom, Melanoom en Actinische keratose en het e-book Huidkanker ontcijferd. Uitgave: onlinedermatologie.nl, november 2026.