Melanoom

Herkennen, onderzoek, behandeling en controle

Het doel van deze folder

Deze folder is voor mensen met een melanoom, hun naasten en iedereen die wil weten waar je op let. Je leest hoe een melanoom ontstaat, hoe je het herkent en hoe de behandeling en de controles gaan.

De ABCDE-regel en het lelijke eendje

Waar je op let bij een moedervlek. Verandering telt het zwaarst.



Wat een melanoom is

Een melanoom is kanker van de pigmentcellen. Die cellen maken de bruine kleurstof van de huid. Een melanoom kan overal op de huid ontstaan, ook op plekken waar nooit zon komt. De meeste melanomen ontstaan in een stukje huid zonder moedervlek. Een kleiner deel ontstaat uit een bestaande moedervlek.

Het melanoom is de minst voorkomende van de drie hoofdvormen, ongeveer een op de tien keer. Het is wel de gevaarlijkste, omdat het kan uitzaaien. Hoe eerder het ontdekt wordt, hoe beter de kans op genezing. Melanoom komt ook bij jonge volwassenen voor.

Wie meer kans heeft

- Melanoom in de familie.
- Vaak verbrand op jonge leeftijd. Eén flinke verbranding voor je achttiende verdubbelt de kans.
- Zonnebankgebruik, vooral voor je vijfendertigste.
- Een heel lichte huid met rood of lichtblond haar.
- Meer dan honderd moedervlekken, of meer dan vijf onrustige moedervlekken.
- Eerder een melanoom gehad.
- Een verminderde afweer.

Herkennen

Met de ABCDE-regel kijk je naar een moedervlek:

- **A, asymmetrie:** de twee helften zijn niet gelijk.
- **B, begrenzing:** de rand is grillig of vaag.
- **C, kleur:** meer dan een kleur, zoals zwart, bruin, rood, blauw of wit.
- **D, diameter:** groter dan 5 mm.
- **E, evolutie:** de vlek verandert in grootte, vorm, kleur of dikte, of gaat jeuken of bloeden.

De E is de belangrijkste letter. Kijk ook naar het lelijke eendje: een vlek die er anders uitziet dan al je

andere vlekken. Sommige melanomen passen niet in de ABCDE-regel. Een nieuwe bult die snel groeit, ook als hij egaal van kleur of roze is, laat je altijd bekijken.

Onderzoek

De huisarts verwijst bij een vermoeden van een melanoom snel naar de dermatoloog. Die haalt de hele vlek weg met een kleine rand eromheen. Een patholoog bekijkt het weefsel onder de microscoop en meet hoe dik het melanoom is. Dat heet de Breslow-dikte. Die bepaalt grotendeels de verdere behandeling.

Behandeling

Na de uitslag volgt een tweede, ruimere operatie, de re-excisie. Bij een melanoom tot 2 mm dik is de rand 1 cm, bij een dikker melanoom 2 cm. Vanaf een bepaalde dikte biedt de arts een schildwachtklieronderzoek aan. Daarbij wordt de eerste lymfeklier waar uitzaaiingen naartoe kunnen gaan opgespoord en onderzocht.

Zijn er uitzaaiingen, of is de kans daarop groot, dan bespreekt een team van specialisten in een melanoomcentrum de behandeling. Dat kan immuuntherapie zijn of doelgerichte therapie in tabletvorm. Deze behandelingen hebben de vooruitzichten bij een uitgezaaid melanoom de laatste jaren sterk verbeterd.

Controle

Bij een dun melanoom kom je meestal een keer terug, een tot drie maanden na de behandeling. Je krijgt dan uitleg over zelfonderzoek. Bij een dikker melanoom kom je vaker: het eerste jaar elke drie maanden, het tweede jaar elke zes maanden en daarna tot vijf jaar elk jaar. Bekijk je huid zelf drie tot vier keer per jaar en voel aan je lymfeklieren. Lees meer in de folder Controle en nazorg na huidkanker.

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.