Voorbereiden op je afspraak over een plekje

Wat je bijhoudt, meeneemt en vraagt

> **Het doel van deze folder**
> Dit werkblad helpt je om je afspraak bij de huisarts of dermatoloog voor te bereiden. Vul het in en neem het mee. Zo vergeet je niets en kan de arts gerichter kijken.

Over het plekje

Waar zit het:.....

Sinds wanneer:.....

Hoe groot ongeveer (in mm):.....

Is het veranderd (groter, kleur, vorm, dikker):.....

Jeukt, bloedt of schilfert het:.....

Is het een wondje dat niet geneest of steeds terugkomt:.....

Wie zag het het eerst (ikzelf, partner, pedicure, kapper):.....

Heb je een foto met datum, of een briefje van je pedicure of kapper:.....

Over jezelf

- □ Ik heb een lichte huid en verbrand snel
- □ Ik heb veel in de zon gewerkt of geleefd
- □ Ik ben als kind vaak verbrand
- □ Ik heb de zonnebank gebruikt
- □ Ik heb veel of onrustige moedervlekken
- □ Er komt melanoom voor in mijn familie
- □ Ik heb eerder huidkanker of een voorstadium gehad
- □ Ik heb een verminderde afweer of een orgaantransplantatie gehad
- □ Ik gebruik een bloedverdunner

Welke medicijnen gebruik je:.....

Vragen die je kunt stellen

- □ Wat is het, of wat kan het zijn?
- □ Is er onderzoek nodig, zoals een biopt?
- □ Welke behandelingen zijn er, en wat zijn de voor- en nadelen?
- □ Hoe ziet het er na de behandeling uit?
- □ Moet ik op controle komen, en hoe vaak?
- □ Waar let ik zelf op?

Mijn eigen vragen:.....

.....

Na de afspraak

Wat het is, of wat de arts denkt:.....

Wat er gaat gebeuren:.....

Wanneer en hoe ik de uitslag krijg:.....

Mijn volgende afspraak:.....

Wie ik bel als ik vragen heb:.....

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.