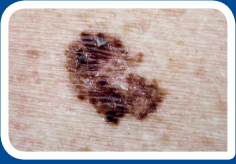


# herken melanomen

Huidkanker kan zich overal op uw huid ontwikkelen. Vraag bij moeilijk zichtbare plaatsen om hulp bij het onderzoeken van uw huid. Als u een moedervlek constateert met een afwijkende vorm of die verandert van vorm, groter wordt, kriebelt of bloedt, neem dan contact op met uw huisarts of dermatoloog.



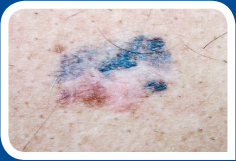
## Asymmetrie

De ene helft is niet gelijk aan de andere helft.



## Rand

Onregelmatige, uitlopende of wazige rand.



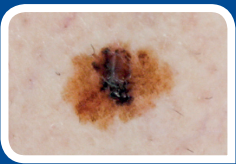
## Kleur

Variërend van kleur, diverse tinten bruin, zwart, wit, rood of blauw.



## Diameter

Melanomen zijn vaak groter dan 6 mm (de omvang van een erwt), echter bij vroegtijdige constatering kunnen ze ook kleiner zijn.



## Ontwikkeling

Een (moeder)vlek die afwijkt van de overige vlekken of verandert van maat, vorm of kleur.

## Huidkanker zelfonderzoek

Noteer alle plekje's op uw lichaam, van moedervlekken, sproeten tot aan ouderdomsvlekken. Vergeet niet, sommige moedervlekken zijn zwart, rood of zelfs blauw. Als u veranderingen ziet in een plekje, neem dan contact op met uw huisarts.



1. Onderzoek voor, achter en zijkanten van uw lichaam met opgestoken armen in een spiegel.



2. Buig de ellebogen, bekijk nauwkeurig de onderarmen, de achterzijde van de bovenarmen en de handpalmen.



3. Kijk naar de achterzijde van uw benen en voeten, tussen de tenen en voetzolen.



4. Onderzoek de achterzijde van de nek en schedel met uw hand en een spiegel. Til telkens een pluk haar op.



5. Ten slotte, controleer de rug en billen met uw hand en een spiegel.

**Bij twijfel over een moedervlek, ga naar uw huisarts.**