

DE ZON IS TERUG : NUTTIGE WEETJES OM EEN MELANOOM TE VOORKOMEN WAAR OF NIET WAAR-QUIZ OVER HUIDBESCHERMING

Brussel, 12 juni 2023 - De eerste zonnestralen zijn de voorbije weken al opgedoken in België. De gelegenheid voor het H.U.B (academisch ziekenhuis Brussel, de ziekenhuisgroepering die bestaat uit het Erasmeziekenhuis, het Jules Bordet Instituut en het Universitair Kinderziekenhuis Koningin Fabiola), om het terug even te hebben over het doen en laten van de zon en enkele tips te geven op het vlak van bescherming. Want zelfs al is de hitparade van de zonnebescherming - schaduw, kleding en zonnebrandcrème - bekend, ze moeten ook op de juiste manier gebruikt worden.

De meeste melanomen zijn te wijten aan de zon.

JUIST! 90% van de melanoomgevallen is te wijten aan de zon. Een lichte huid en een huid met veel sproeten lopen meer risico. Bescherm jezelf dus met een zonnebrandcrème en kies voor enkele momenten in de schaduw. Ook de aard van de blootstelling is in deze cijfers van belang. Een onderbroken acute blootstelling aan de zon, d.w.z. een over het algemeen recreatieve en sterke blootstelling van een huid die in de loop van het jaar niet aan de zon gewend is, leidt immers tot een verhoogd risico op een melanoom. Je hoeft de zon, ook een bron van vitamine D, niet te bannen uit je leven maar denk eraan dat overdaad altijd schaadt!

« Als ik ga zwemmen, zijn een waterdichte zonnebrandcrème en een T-shirt mijn beste vrienden. »

JUIST & FOUT! Een T-shirt is een goed idee, vooral voor kinderen, maar het moet speciaal ontworpen zijn om te gaan zwemmen. Natte katoenen T-shirts laten de UV-stralen door die verantwoordelijk zijn voor melanomen. Wat betreft de waterdichte zonnebrandcrème, vergeet niet om het opnieuw aan te brengen na elke zwembeurt, het zeewater en het afdrogen kunnen de net aangebrachte crème terug verwijderen. Vergeet ook niet om met je kinderen te praten over bescherming tegen de zon. Uit studies blijkt immers dat overmatige blootstelling van de jonge huid aan zonnestralen, d.w.z. vóór de leeftijd van 12 jaar, het risico op een melanoom op volwassen leeftijd verhoogt. Jonge kinderen van jongs af aan de juiste reflexen in de zon bijbrengen, is al een goede bescherming voor de toekomst.

« Als ik bruin zonder me te verbranden, loop ik geen risico op een melanoom »

FOUT! Natuurlijk is verbranden een duidelijk teken dat je huid in gevaar is. Maar de bruine kleur is ook al een teken dat de cellen zijn beschadigd. Als we bruin worden, komt dat omdat de bescherming niet voldoende was. En als je ooit een behoorlijke zonnebrand hebt gehad die je nog steeds herinnert, is dat een teken dat je beschermende gewoontes niet genoeg zijn geweest om je effectief te beschermen. Kies voor een zonnebrandcrème met een minimumfactor van 30, afhankelijk van je huidtype.

De ABCDE-methode

We kunnen het nooit genoeg zeggen, deze individuele screeningmethode voor verdachte plekken op je huid kan melanomen vroeg opsporen. Als een vlek asymmetrisch is (A), met onregelmatige randen (B), een verdachte kleur (C), er anders uitziet dan andere vlekken en sproeten (D) en de neiging heeft te veranderen (E), raadpleeg dan je huisarts of dermatoloog. Een melanoom kan, bij diagnose in een vroeg stadium, in bijna 100% van de gevallen genezen worden door een eenvoudige chirurgische ingreep! Maar om dit te voorkomen, blijft het beschermen van jezelf tegen de stralen van de zon de beste preventie.

Een vermoeden van melanoom? De artsen van het Jules Bordet Instituut, Erasmeziekenhuis en HUDERF die behoren tot het H.U.B (academisch ziekenhuis Brussel) helpen u om het nodige te doen.

Maak een afspraak:

Screeningscentrum van het Jules Bordet Instituut: +32 (0)2 541 30 55

Afdeling Dermatologie van het Erasmeziekenhuis:

Tel.: +32 (0)2 555 35 07

Tel.: +32 (0)2 555 36 57

E-mail: Cons.Dermato@erasme.ulb.ac.be

Afdeling Dermatologie van het Kinderziekenhuis : +32 (0)2 477 31 69

PERSCONTACTEN

Persverantwoordelijke: Alexandra Cazan

E-mail : alexandra.cazan@hubruxelles.be
communication@hubruxelles.be

Tel : +32 (0)2 541 38 89

Mob : +32 (0) 493 16 74 79

Persvoorlichter: Gabriëlle Vanhoudenhove

E-mail : g.vanhoudenhove@hubruxelles.be
communication@hubruxelles.be

Tel : +32 (0)2 555 83 95

OVER HET ERASME ZIEKENHUIS

Het Erasme Ziekenhuis is gevestigd op de Erasme ziekenhuis-faculteitscampus, die de Faculteit der Geneeskunde (ongeveer 3500 studenten), de Faculteit der Motorische Wetenschappen (ongeveer 1100 studenten) en de School of Public Health (ongeveer 600 studenten) omvat. Het in 1977 geopende ziekenhuis met een capaciteit van 1.048 bedden ontvangt jaarlijks 25.000 tot 30.000 patiënten en heeft 350.000 tot 400.000 consulten.

Meer dan 4.000 medewerkers, in 80 verschillende beroepen, dragen dagelijks bij aan het verlenen van zorg in het teken van ambitie, excellentie en welzijn. De polikliniek van Lothier en 2 externe centra (het Centrum voor Traumatologie en Revalidatie - CTR en het Centrum voor Geriatrie Revalidatie - CRG) completeren het zorgaanbod.

www.erasme.ulb.ac.be

OVER HET JULES BORDET INSTITUUT

Het Jules Bordet Instituut is een geïntegreerd, multidisciplinair centrum dat uniek is in België. Dit autonome ziekenhuis heeft zich volledig toegelegd op kankeraandoeningen.

Al 80 jaar biedt het Jules Bordet Instituut zijn patiënten het kruim van de diagnostische en therapeutische strategieën om kanker te voorkomen, te screenen en actief te bestrijden. Het Instituut streeft een drievoudige missie na: zorgverstrekking, onderzoek en onderwijs. Onze internationale reputatie lokt de grootste experts op het domein van kanker naar ons Instituut. Dankzij zijn innoverende spirit draagt het Jules Bordet Instituut actief bij tot de ontwikkeling en de ontdekking van nieuwe en belangrijke diagnose- en behandelingstechnieken, en dit om zijn patiënten zo snel mogelijk hiervan te kunnen laten profiteren.

In mei 2018 ontving het Jules Bordet Instituut voor de tweede keer de officiële accreditatie en certificatie van de OECI (Organisation of European Cancer Institutes) als "Comprehensive Cancer Centre" (geïntegreerd oncologiecentrum). Dit kwaliteitslabel is voorbehouden voor multidisciplinaire oncologische verzorgingsinstellingen die ook onderzoek en opleiding integreren. Het Jules Bordet Instituut is het enige Comprehensive Cancer Center met OECI-accreditatie in België.

Het Instituut opende op 28 november 2021 de deuren van zijn nieuwe gebouw op de ULB-campus in Anderlecht: 80.000 m², volledig gewijd aan een optimaal aanbod aan verzorging, onderzoek en opleiding op het domein van de oncologie, maar ook gericht op het welzijn van de patiënt. Het Instituut telt 250 ziekenhuisbedden naast 43 bedden in de dagkliniek.

Het Jules Bordet Instituut maakt deel uit van de HUB, de koepel van Brusselse Academische Ziekenhuizen waartoe naast het Jules Bordet Instituut ook het Erasmusziekenhuis en het Universitair Kinderziekenhuis Koningin Fabiola behoren. Deze academische ziekenhuisgroepering met internationale faam garandeert, met name dankzij nieuwe investeringen, voor iedereen toegankelijke verzorging van topkwaliteit, evenals uitmuntendheid in onderzoek en onderwijs.

www.bordet.be

OVER HET UNIVERSITAIR KINDERZIEKENHUIS KONINGIN FABIOLA

Het Universitair Kinderziekenhuis Koningin Fabiola (UKZKF) is het enige Belgische ziekenhuis dat uitsluitend aan kinderen en adolescenten gewijd is. Door al het mogelijke te doen voor het welzijn van kinderen, draagt ons ziekenhuis ertoe bij dat zij actoren zijn in hun eigen ontwikkeling en tot bloei komen in de maatschappij.

De missies van het ziekenhuis zijn de volgende :

- Multidisciplinaire, humanistische en uitstekende zorg bieden aan kinderen en adolescenten alsook ondersteuning aan hen én hun gezinnen.
- Onderwijs en onderzoek van hoog niveau verzekeren door een voortdurende cyclus van innovatie en ontwikkeling van kennis door te lopen.
- Actief bijdragen aan gezondheidsvoorlichting.

Het Kinderziekenhuis in cijfers: 183 bedden, om en bij de 135.000 raadplegingen, meer dan 36.000 spoedopnames en meer dan 41.000 opnamedagen per jaar. Jaarlijks worden er in het operatiekwartier meer dan 3.700 interventies uitgevoerd. Vandaag werken er meer dan 1.000 mensen, goed voor 750 VTE (voltijdsequivalenten), waaronder 170 VTE artsen (52,5 postdoctorale VTE) en 440 VTE verpleegkundigen en paramedici.

www.huderf.be

OVER HET H.U.B

Het H.U.B (Hôpital Universitaire de Bruxelles) is het Academisch Ziekenhuis van de ULB (Université Libre de Bruxelles) en sinds 2021 de koepel van het Jules Bordet Instituut, het Erasmusziekenhuis en het Universitair Kinderziekenhuis Koningin Fabiola.

Dit referentiecentrum op internationaal niveau is gevestigd in het hart van het Brussels Gewest. Het H.U.B biedt algemene, oncologische en pediatrie zorgen van hoge kwaliteit aan.

Deze uitmuntende verzorging die binnen ieders bereik ligt, wordt verrijkt met, en gevoed door een tweeledige instroom van wetenschappelijk onderzoek en onderwijs voor het verzorgingspersoneel van morgen.

Het H.U.B telt in 2022 meer dan 6000 medewerkers die zich laten inspireren door de centrale waarden Patiëntenbelang, Respect, Engagement, Solidariteit, Diversiteit en Inclusie, Vrij Onderzoek.

www.hubruelles.be