

Nummer 3

# Nieuwsbrief

Het Regionaal Huidcentrum | mei 2015

Best, Oirschot, Eindhoven, Boxtel

## Open dag

- Eindhoven: zaterdag 30 mei a.s. van 13.00 uur - 15.00 uur
- Boxtel: zaterdag 6 juni a.s. van 11.00 uur - 15.00 uur

Wenst u meer informatie of heeft u vragen na het lezen van deze nieuwsbrief? Neem dan contact op met onze praktijk.

T 0499 - 378183

E [info@hetregionaalhuidcentrum.nl](mailto:info@hetregionaalhuidcentrum.nl)

I [www.hetregionaalhuidcentrum.nl](http://www.hetregionaalhuidcentrum.nl)



De zomer: zon, zee, strand, vakantie. Voor veel mensen wordt de zomer geassocieerd met genieten en plezier. Helaas is dit geen prettig seizoen voor mensen met een huid die overgevoelig is voor licht. Terwijl iedereen vrolijk is en zijn best doet om een kleurtje te krijgen, ontlopen zij de zonnestrallen juist zo veel mogelijk.

Echter, ook wie een huid heeft die beter tegen de zon kan of er zelfs van opknapt, moet verstandig met de zon omgaan om (huid)ziekten zoals huidkanker te voorkomen

## Huidkanker

Huidkanker is een van de meest voorkomende huidziekten in Nederland en tevens de meest voorkomende vorm van kanker. Veel Nederlanders hebben een verhoogde kans op het ontwikkelen van een vorm van huidkanker. Risicogroepen zijn onder meer mensen met een licht huidtype, personen die vanwege hun hobby of werk veel in de zon komen en mensen die medicatie gebruiken welke het immuunsysteem remt.

De verwachting is dat één op de vijf Nederlanders in zijn/haar leven een vorm van huidkanker krijgt. Oorzaak hiervan is de toename van het aantal oudere mensen. Vanwege hun leeftijd zijn zij langer blootgesteld geweest aan de schadelijke UV-straling van de zon. Bovendien waren er geen voorlichtingscampagnes over de gevaren van zonlicht toen zij jong waren. Een andere oorzaak is de toegenomen blootstelling aan de zon door zon- of wintersportvakanties en het gebruik van zonnebanken.

## Zonbescherming

De eerste richtlijn voor verstandig zonnen luidt: geniet van de zon, maar denk aan uw huid. De mate waarin u van de zon kunt genieten én de wijze waarop u aan uw huid moet denken, is afhankelijk van de (over)gevoeligheid van uw huid en uw huidtype. Onderstaand geven wij u een aantal tips, maar het beste advies is: blijf uit de zon.

De UV-stralen zijn het sterkst tussen 11.00 - 15.00 uur, tijdens deze periode kunt u de zon het beste vermijden. In tegenstelling tot wat veel mensen denken, bieden kleding, hoofddeksels en de schaduw van een parasol geen volledige bescherming. Daarnaast zijn er ook sunblockers op de markt, dit zijn middelen met een zeer hoge beschermingsfactor. De naam "sunblock" doet vermoeden dat het product helemaal geen UV-straling doorlaat, maar dat is niet zo. Het is wel zo dat een hogere beschermingsfactor minder UV-straling doorlaat. Een goed zonproduct geeft bescherming tegen UVB- en UVA-stralen. Let daar op bij de aanschaf. Voor een goede werking moet u het zonbeschermingsmiddel al een half uur vóórdát u de zon in gaat op uw huid smeren en daarna om de twee uur. Wees daarbij niet te zuinig, maar ook niet te royaal. Na het zwemmen en tijdens het sporten moet u het middel regelmatig opnieuw opsmieren.

## Huidkankerdag

Op 30 mei 2015 vindt weer de Nationale Huidkankerdag plaats. U kunt deze dag uw huid gratis laten controleren door een dermatoloog of huidtherapeut. Voor advies van een dermatoloog dient u zich in te schrijven via [www.huidkankerdag.nl](http://www.huidkankerdag.nl). Indien u informatie wenst van een huidtherapeut, is een afspraak niet nodig, u kunt gewoon binnenlopen.

Tijdens de Nationale Huidkankerdag zijn wij alleen aanwezig op onze praktijk in Eindhoven aan de Winston Churchillaan 85, dit is in de Dermatologenkliniek. De Huidkankerdag vindt plaats van 11.00 - 13.00 uur.

### Huidkanker



Weet u wat de meest voorkomende oorzaken zijn?

En weet u hoe u zich hier het beste tegen kunt beschermen?

## Open dag

**Zaterdag 30 mei a.s. van 13.00 - 15.00 uur op locatie Eindhoven, dit is aansluitend aan de huidkankerdag!**

**Zaterdag 6 juni a.s. van 11.00 - 15.00 uur op locatie Boxtel!**

U kunt tijdens de open dag vrijblijvend binnenlopen voor meer informatie en een kijkje achter de schermen.

## Vestigingen Het Regionaal Huidcentrum

Nieuwe Nieuwstraat 20  
5283 EB Boxtel

Kruisparkweg 17  
5684 AB Best

Winston Churchillaan 85  
5623 KW Eindhoven

De Loop 67  
5688 EW Oirschot