

Zonmonitor Nederland 2024

'KENNIS OVER EN VERTONEN VAN ZONVEILIG GEDRAG'



Onderstaand de belangrijkste resultaten van het onderzoek Kennis en Gedrag Zonveiligheid dat is uitgevoerd om de kennishiaten en gedragsfactoren over zonveiligheid onder de Nederlandse bevolking in kaart te brengen. Aan de hand van de resultaten is de bewustwordings- en gedragsveranderingscampagne 'Voorkom Huidkanker' vormgegeven, die het Nationaal Huidfonds in de periode van 2023-2025 voert met subsidie van het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport.

Doelstellingen van de campagne 'Voorkom Huidkanker'

1. Een toename in kennis over zonveilig gedrag
2. Een toename in zonveilig gedrag
3. Een afname van het aantal zonverbrandingen

Algemene conclusie

Op basaal niveau is de nodige kennis aanwezig, maar bij de verschillende doelgroepen, onderwerpen en bij doorvragen worden duidelijke hiaten in kennis zichtbaar. Ook zien we dat kennis nog niet altijd leidt tot het gewenste gedrag. Alhoewel driekwart van de mensen aangeeft dat huidkanker heel ernstig is, heeft maar een derde van de mensen het gevoel dat het hen zelf zal overkomen. Kennis over de zonkracht, met name in het voorjaar en op bewolkte dagen, ontbreekt. Zonverbranding loopt men vaak op tijdens alledaagse activiteiten. Campagnematig inzetten op een verhoging van risicoperceptie en zonbescherming vanaf zonkracht 3 of hoger als onderdeel van de dagelijkse routine biedt kansen.

Deze steekproef is, in opdracht van het Nationaal Huidfonds, in het najaar van 2024 uitgevoerd door onderzoeksbureau Motivaction. De steekproef bevat 2.524 deelnemers die de online vragenlijst hebben ingevuld en is representatief voor de gehele bevolking in Nederland. Deze meting wordt ten behoeve van de evaluatie van de campagne in 2025 herhaald.

RISICOPERCEPTIE

75% van de respondenten vindt het (zeer) erg om gedurende zijn/haar leven huidkanker te krijgen.

Bij onvoldoende zonbescherming

54% acht de kans op het krijgen van huidkanker in zijn/haar leven (zeer) groot (de cognitieve kans)

34% voelt zich (erg) kwetsbaar om gedurende zijn/haar leven huidkanker te krijgen (de affectieve kans – het kan mij overkomen)

Verder geeft

58% aan dat de kans op huidbranding (zeer) groot is als je op een zonnige dag onvoldoende beschermd buiten bent

60% aan dat regelmatige zonverbranding een (zeer) ernstig risico voor de gezondheid is

KENNIS ZONKRACHT



weet niet dat de zon op een koele dag net zo krachtig kan zijn als op een warme dag



weet niet dat de zonkracht in het voorjaar net zo sterk kan zijn als in de zomer



weet dat je al vanaf zonkracht 3 kunt verbranden

ALGEMEEN

(bron: IKNL, CBS en Stuurgroep Huidkankerzorg)

Elk jaar krijgen bijna 80.000 nieuwe mensen de diagnose huidkanker (voorlopige cijfers 2024). Daarvan overlijden er elk jaar zo'n 1.000 mensen. Na behandeling ontwikkelt ongeveer 1 op de 3 patiënten binnen vijf jaar, één of meerdere keren, opnieuw huidkanker.

Zonmonitor Nederland 2024 - 'KENNIS OVER EN VERTONEN VAN ZONVEILIG GEDRAG'

ZONVEILIG GEDRAG

Ondanks dat de kennis op onderdelen goed is, leidt dit veelal niet tot het gewenste gedrag.

Zo is **81%** van de ondervraagden bekend met de noodzaak om je in de zon elke twee uur opnieuw in te smeren met zonnebrandcrème. We zien echter dat maar een vijfde (**20%**) van de respondenten dit vaak tot altijd ook daadwerkelijk doet. Van de ouders van jonge kinderen geeft **35%** aan hun kinderen in de zon elke twee uur in te smeren. Ook smeert maar **39%** van de ouders hun kind(eren) 30 minuten voordat ze de zon ingaan in.

66% van de ondervraagden geeft aan het (zeer) belangrijk te vinden zichzelf op zonnige dagen te beschermen tegen de zon. Als belangrijke redenen* waarom men desondanks geen zonbeschermende maatregelen neemt, worden onder andere genoemd:

- Zonnebrand is vervelend om aan te brengen
- Zonbescherming meenemen en onthouden is een gedoe
- Zonnebrandcrème is duur
- Bedekkende kleding dragen is een gedoe

45% Geeft aan géén goede reden te hebben zich niet tegen de zon te beschermen*.

* Nulmeting Voorlichtingscampagne Huidfonds 2023

ouders en jonge kinderen

Zonverbranding op jonge leeftijd is de belangrijkste risicofactor voor de gevaarlijkste vorm van huidkanker – het melanoom – op latere leeftijd. Daarom is zonbescherming voor kinderen van het grootste belang. In de vragenlijst zijn ouders van kinderen daarom als aparte groep bevroegd.

ZONVERBRANDING - ACTIVITEIT

Van de respondenten die aangaven afgelopen zomer minimaal 1 x verbrand te zijn geweest, werd doorgevraagd op de activiteit waarbij zij verbrand zijn. Hieronder de top 5 van meest genoemde activiteiten waarbij de doelgroep een huidverbranding opliep.

Alle respondenten	Kinderen
Buiten wandelen/fietsen 19%	Bij het zwembad 18%
Op het strand 14%	Op het strand 16%
In de tuin 10%	Bij het buiten spelen 12%
Op het terras 9%	Buiten wandelen/fietsen 7%
Bij het zwembad 9%	Tijdens het sporten buiten 6%

ZONVERBRANDING - ERNST

Van de respondenten die aangaven afgelopen zomer minimaal 1 x verbrand te zijn geweest, werd doorgevraagd op de ernst van de verbranding.

Mate van verbranding	Alle respondenten	Kinderen
Licht verbrand	53%	49%
Matig verbrand	27%	29%
Zwaar verbrand	13%	18%

