

Засмага у солярії є досить небезпечною. Чим раніше людина починає користуватися солярієм, тим вище ризик розвитку раку шкіри у майбутньому.

Будь-який тип засмаги – штучна чи природна – небезпечний, адже шкіра піддається прямій дії УФ-променів. Засмага у солярії передбачає високий рівень УФ-випромінювання (UVA та UVB) протягом короткого проміжку часу, тому завжди існує ризик отримати опік шкіри та підвищити ймовірність небезпечних захворювань у майбутньому.

ДЕЯКІ ФАКТИ ПРО СОЛЯРІЙ

Солярій може призвести до раку шкіри, катаракти та раку очей

Відвідування соляріїв будь-якого типу – це піддавання шкіри прямій дії ультрафіолетових променів, а це збільшує ризик розвитку різних видів раку шкіри. Дослідження доводять, що відвідування солярію збільшує ризик розвитку найбільш небезпечного типу раку - меланому. Так само солярій може стати причиною виникнення базально-клітинної карциноми та плоскоклітинного раку, катаракти та раку очей.

У молодих людей ризик раку вищий

Вчені дослідили, що серед жінок у віці до 30 років, які регулярно відвідували солярії, ризик розвитку меланому був

у шість разів вищий, ніж серед тих, які не засмагали. Серед жінок у віці від 30 до 39 років, які регулярно відвідували солярії, цей показник був в чотири рази вищим, ніж серед тих, які не засмагали.

Що довше і частіше ви відвідуєте солярій, то більшим стає ризик розвитку раку

Вчені констатують, що ризик розвитку меланому зростає із збільшенням кількості років, годин або сеансів у солярії.

Старі і нові моделі обладнання для штучної засмаги однаково шкідливі

Дослідження не лише підтверджують зв'язок між солярієм та розвитком меланому, а й доводять, що немає суттєвої різниці щодо терміну використання обладнання для штучної засмаги: солярії будь-якого типу шкідливі для здоров'я, причому, як нові, так і старі моделі. Тому думати, що нова модель зробить сеанс абсолютно безпечним - не варто.

Солярій прискорює старіння

Штучна засмага пересушує шкіру і прискорює її старіння (особливо у разі опіку), сприяє появі зморшок та вікових плям.

Штучна засмага не є безпечним способом стимулювання вироблення в організмі вітаміну D

Важливо, щоб організм людини отримував достатню кількість вітаміну D, але для цього не потрібно часто відвідувати солярії чи засмагати на сонці. Найбезпечніший спосіб – це прогулянки на свіжому повітрі з дотриманням усіх правил безпеки перебування на сонці. Крім цього, деякі продукти харчування є хорошим джерелом вітаміну D: риба, молочні продукти, яєчні жовтки.

Так звана «базова засмага» також небезпечна

Засмага – це реакція організму на ураження шкіри внаслідок дії УФ-променів. Існує така думка, що так звана «базова засмага» захищає шкіру від опіків у разі надмірного перебування на сонці. Однак немає жодних доказів на підтвердження цієї думки. В той же час, люди, які користуються соляріями, частіше повідомляють про опіки, ніж ті, хто засмагає на сонці.

Солярії заборонені або їх використання обмежено у багатьох країнах світу

У деяких штатах США, а також в Австрії, Бельгії, Фінляндії, Франції, Німеччині, Ісландії, Італії, Норвегії, Португалії, Іспанії та Великобританії діють закони, які забороняють неповнолітнім користуватися послугами соляріїв. А у Бразилії та Австралії діє повна заборона на солярії.

СОЛЯРІЙ. Чи варто ризикувати здоров'ям?



Центр здоров'я КНП «ВОСКДРЗН ВОР»