

Sol

Solråd

Læs mere om sol og hudkræft:

www.solen.dk

www.mst.dk

www.cancer.dk/alt+om+kraeft/-kraeftsygdomme/huden

Solråd til børn

- Lad ikke børn opholde sig ubeskyttede i solen
- Undgå middagssolen mellem kl. 12 og 15
- Let sommertøj og en lille hat er god beskyttelse for børn, der leger i solen
- Helt små børn, som ikke kan gå eller kravle, bør aldrig opholde sig i direkte sol
- Vær især forsigtig ved stranden og under sydens sol
- Skygge er godt. Medbring den eventuelt selv – i form af en parasol
- Pas særligt på i begyndelsen af sommeren
- Solcreme beskytter mod solskoldning
- Når helt små børn ikke opholder sig i solen, er solcreme sjældent nødvendigt. Hvis man vil sikre sig mod genskin fra fx havet eller fra hvidt sand, kan man dog smøre lidt creme på kinder, næse og håndrygge
- Til lidt større børn anbefales solcreme med højt faktortal. Husk at solcremen let mister sin virkning – fx efter en tur i vandet

Læs mere i folderen *Beskyt børnene i solen*, se www.sst.dk eller få den på apoteket.



Foto: BAM

over Danmark

Så er det sommer igen

– og der er god grund til at beskytte sig i solen

Af chefredaktør Anne-Marie Borritz,
Sundhedsstyrelsen

Det gælder om at undgå solskoldninger og udsætte de uundgåelige rynker til et stykke hen i livet – og så gælder det om at forebygge hudkræft. De seneste tal, som er fra 1999, viser, at der er en stigende tendens i antallet af hudkræft, så der er grund til at passe på i solen.

Der er enighed blandt eksperterne om at bakke op om solrådene. Sundhedsstyrelsen arbejder sammen med bla. Miljøstyrelsen om udmeldinger om sol og hudkræft. Sundhedsstyrelsen har ansvar for at forebygge hudkræft, mens Miljøstyrelsen har ansvar for solcreme, fordi det er et kosmetisk produkt.

- I praksis betyder det bl.a., at vi forholder os til forskningsresultaterne på området og sørger for at direktiverne

fra EU bliver fulgt, siger specialkonsulent Annette Orloff, Miljøstyrelsen. Sundhedsstyrelsens opgave er at overvåge udviklingen i antal tilfælde af hudkræft og rådgive sundhedspersoner om, hvordan man kan forebygge hudkræft.

Fysisk eller kemisk filter?

Der er forskel på solcremer med fysiske filtre og med kemiske. De fysiske filtre virker ved at lægge sig som en hinde på huden og derved reflektere solens stråler, mens de kemiske virker ved at trænge ind i huden og dér reagere med UV-strålerne. Der hersker nogen forvirring om, hvilken af de to typer solcreme, man skal vælge – og nogle cremer indeholder endog både fysiske og kemiske filtre.

- Vi anbefaler, at børn bruger solcreme med fysisk filter. For et par år siden var der megen blæst omkring det kemiske UV-filter 4-MBC, og vi afventer fortsat en fornyet undersøgelse af UV-filtret, fortæller Annette Orloff. Indtil EU-Kommissionens endelige vurdering foreligger, anbefaler Miljøstyrelsen, at solcreme, der indeholder dette stof, ikke anvendes af børn under 12 år. – Der er dog ingen grund til bekymring, for solcremer med det stof bliver ikke længere - efter en frivillig aftale - forhandlet i Danmark som 'børnesolcreme'. Og følger man anbefalingen om at bruge solcreme med fysisk filter til børn, er man ude over problemet, selvom man køber en solcreme i udlandet, siger Annette Orloff. □

Hudkræft – Antallet af nydiagnosticerede tilfælde 1990-1999

