

A Rákmentes Bőrért Alapítvány hosszú évek óta igyekszik felhívni az emberek figyelmét a napozás ártalmaira. Ez idáig kétszer, 2005-ben és 2009-ben, keresték meg egy bőrgyógyászati betegeit, hogy napozási szokásaikról kérdezzék őket.

A 2009-es kérdőív legmegdöbbentőbb adata, hogy idősebb korunkban se figyelünk oda magunkra kellőképp, hiszen 2005 óta jelentősen nőtt a 20 év felett elszenvedett leégések száma, annak ellenére, hogy a válaszadók többsége betartja a napozás szabályait. (teljes tanulmányt [ITT](#) olvashatja el)

Nem lehet eleget beszélni a bőrrák kialakulásának veszélyeiről. Rákmentes Bőrért Alapítvány kezdeményezése, a Melanoma-és bőrrákvonat. Az ötlet nem új. Ausztráliában, ahol az erős UV-sugárzás ellenére sikeresen harcolnak a melanomás esetek számának csökkenéséért, régóta működik a felvilágosításnak ez a módja. Valószínűleg ennek is köszönhető, hogy az ausztrálok nagy része már nem fekszik védelem nélkül napozási, barnulási céllal a tengerparton, és tisztában van a rendszeres szűrővizsgálat fontosságával is.



Szabó Györgyöt, napjaink egyik népszerű színészét is megkérdezték a napozási szokásairól, aki készséggel válaszolt, és hívta fel a figyelmet a napozás ártalmaira.

Miért jár anyajegyszűrésre?

Fontosnak tartom az odafigyelést. Általában hajlamosak vagyunk elhanyagolni azokat a problémáinkat, amelyek nem járnak fájdalommal, tehát nem olyanok, mint pl. a fül-fájás. A bőrrák olyan betegség, ami alattomosan "betámad", anélkül, hogy fájna, vagy egyéb módon előre figyelmeztetne. Ezért fontos a szűrővizsgálat, mert ezzel lehetővé válik a megelőzés.

Hogyan védi bőrét a naptól?

Nem vagyok napozós fajta, aktívabb életet élek annál, hogy kint heverésszek a napon. Szívesen tartózkodom szabadban, pl. szeretek vitorlázni, vagy Egyiptomban bújázkodni. Ilyenkor UV-védővel impregnált pólót viselek, vagy fényvédő krémet használok.

Miért érzi fontosnak, hogy több információ eljusson a lakossághoz a bőrrákról?

Feltétlenül kell a figyelemfelkeltés, az informálás. mert meggyőződésem szerint az emberek 80%-a nem veszi komolyan a fényvédelmet, és nem gondol rá, milyen súlyos következményei lehetnek a túlzásba vitt napozásnak, leégéseknek. Sokan az hiszik, hogy halhatatlanok, és ebben a hiszemben élik az életüket.

A Rákmentes Bőrért Alapítvány munkatársai nem tudnak minden strandoló mellett ott lenni, azonban ezentúl az, aki a 06-1210-3463-as zöld számot felhívja, választ kaphat a megelőzéssel kapcsolatos kérdéseire. Csak biztatni tudjuk Önöket, hogy vegyék igénybe ezt a lehetőséget!!

