

Ne vigyük vásárra a bőrünket!

Napjainkban a barna bőr a szépség és egészségesség egyik szemmel látható jele, azonban sokan bele se gondolnak, hogy milyen veszélyeknek teszik ki a bőrüket az áhított barnaság miatt.

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 bőrgyógyászat betegeit, hogy napozási szokásaikról faggassák őket. Az Alapítvány célja, hogy kiderítse, az emberek mennyire tudatosan napoznak, és mennyire figyelnek a napozás szabályainak betartására.

Mindkét felmérés során a válaszadók többsége nő volt, hiszen a legtöbb családban az ő feladatuk a napozással kapcsolatos dolgok, így a fényvédőszerek beszerzése is. Manapság már rengeteg féle napozószer kapható a boltokban, és ezek közül is a 20-as faktorszám felettiek a legkelendőbbek. Ezeken felül a speciálisan gyerekeknek készült naptejek járnak még az élen, mivel a gyerekekre különösen oda kell figyelni, az ő bőrük jóval védtelenebb a káros UV B sugarakkal szemben.

Azonban míg a gyerekre igyekszik mindenki figyelni, addig a kamaszokról könnyebben elfeledkezünk, így ebben az életszakaszban jóval többször fordul elő leégés, mint gyermek vagy idős korban. Ezáltal az anyajegyek kialakulása is gyakoribb a 10-20-éves korosztálynál.

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.

2005-ről 2009-re a változás	3 alatt	3 felett
20 éves kor alatti leégés	14,93%	27,96%
20 éves kor feletti leégés	22,56%	56,19%

A napozás mellett fontos megemlíteni a manapság nagyon népszerű szoláriumok káros hatásait is. A szolárium pár éve hirtelen népszerűségre tett szert a barna bőrre vágyók körében, azonban csak évek múlva tudatosodott az emberekben, hogy míg a nap ellen bőszen védekezünk, addig a szolárium sugarai alá önként fekszünk napi rendszerességgel.

Nem lehet eleget beszélni a bőrrák kialakulásának veszélyeiről, de napjainkban egyre nagyobb hangsúlyt fektetnek a tájékoztatásra és ez által a megelőzésre is. Bőrgyógyászatokon, gyógyszertárakban, de akár magazinokban is tájékozódhatunk erről, így szinte mindenkihez eljutnak a legfontosabb információk. A megkérdezettek jelentős része is jól értesült a napozás és szolárium kockázatait érintően.

A Rákmentes Bőrért Alapítvány munkatársai nem tudnak minden strandoló mellett ott lenni, azonban a kérdőíveikkel fel tudják hívni a figyelmet a bőrrák kialakulásának gyakoriságára, és ezzel talán sikerül az embereket figyelmeztetni arra, hogy a bőrünket is óvni, védeni kell.