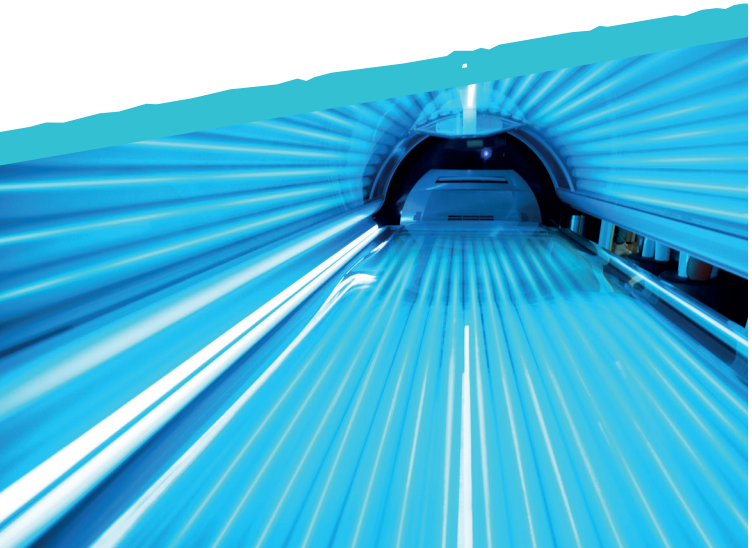
VAI DRĪKSTU IZMANTOT SOLĀRIJU?

Visi solāriju lietotāji pakļauj savu veselību riskam, bet dažiem šie riski ir lielāki.

Riski ir lielāki cilvēkiem:

- ar dabiski gaišu ādu (daudziem Ziemeļīrijas iedzīvotājiem ir vasaras raibumiem klāta āda, kas ātri apdeg saulē);
- kuri ir jaunāki par 35 gadiem;
- ar lielu dzimumzīmju skaitu;
- ar patoloģisku reakciju vai alerģiju uz gaismu;
- kuri lieto medikamentus, piemēram, dažu veidu antidepresantus;
- kuri pēdējo 48 stundu laikā ir sauļojušies saulē vai solārijā;
- kuri bērnībā ir bieži guvuši saules apdegumus;
- kuriem tika ārstēts ādas vēzis vai pirmsvēža ādas bojājumi;
- ar saules staru iedarbības rezultātā bojātu ādu;
- grūtniecēm;
- ar kosmētikas līdzekļiem uz ķermeņa.



Lai uzzinātu vairāk, apmeklējiet:

www.careinthesun.org

Ja jums ir jebkādas bažas par vēzi, zvaniet uz Cancer Focus Northern Ireland bezmaksas informatīvo tālruni

0800 783 3339

Pirmdien–piektdien no plkst. 9.00 līdz 13.00
Zvani ir bez maksas, zvanot to stacionārajiem tālruņiem
nurseline@cancerfocusni.org

Cancer Focus Northern Ireland
40-44 Eglantine Avenue
Belfast BT9 6DX

Tālr.: 028 9066 3281
E-pasts: info@cancerfocusni.org
www.cancerfocusni.org

Labdarības org. Nr.: NIC 101307

Cancer Focus NORTHERN IRELAND

HSC Public Health Agency

Drukāts 2017. gada februārī. Pārskatīšana: 2018. gada augusts.

UZZINIET VAIRĀK PAR SOLĀRIJU

Cancer Focus NORTHERN IRELAND

HSC Public Health Agency

LATVIAN

Gadījumā, ja pamanāt izmaiņas dzimumzīmēs, jaunas dzimumzīmes vai patoloģiskas ādas izmaiņas, sazinieties ar ģimenes ārstu.

FAKTI

Solārijs paaugstina ādas vēža iespējamību, it īpaši, ja pirmo reizi solāriju izmantojat vecumā līdz 35 gadiem.

Jauniešiem līdz 18 gadu vecumam ir aizliegts lietot solāriju ar likumu.

Solārijs nav efektīvs veids, lai atjaunotu D vitamīna līmeni organismā

MĪTI

"Iedegums ir veselīgs un pievilcīgs"

Iedegums liecina par to, ka jūsu āda ir cietusi saules vai solārija radītā ultravioletā starojuma (UV) iedarbības rezultātā. UV stari izraisa ādas vēzi un paātrina ādas novecošanos, grumbu veidošanos, ādas dzeltēšanu vai brūnēšanu, un to iedarbībā āda zaudē tvirtumu.

"Pateicoties solārijam, izskatīšos lieliski īpašajā notikumā"

Īslaicīgi UV starojuma iedarbības periodi solārijā var veicināt ādas bojājumus un paātrināt ādas novecošanu. Solārijs var kairināt ādu, izraisot apsārtumus, niezi un sausumu, kā arī bojāt acis. Kā alternatīvu varat izmantot iedegumu atdarinošus līdzekļus vai atstāt jūsu dabisko ādas krāsu bez izmaiņām.

"Es nevēlos gūt saules apdegumus atvaļinājuma laikā"

Solāriji sniedz ļoti minimālu aizsardzību pret saules iedarbības izraisītiem ādas bojājumiem. Cilvēki, kuri apdeg saulē un sauļojas reti, gūs apdegumus arī solārijā.

"Sauļoties solārijā ir drošāk nekā sauļoties saulē"

Solāriji nepiedāvā "drošu sauļošanos". Dažos solārijos UV starojums var būt daudzreiz spēcīgāks par pēcpusdienas sauli vasarā.

"Manā sporta zālē nebūtu solārija, ja tas nebūtu drošs"

Tas, ka sporta zālē vai veselības centrā ir solārijs, nenozīmē, ka tas ir drošs.

EKSPERTU VIEDOKĻI

Eiropas Komisija un tās Veselības, vides un enerģijas apdraudējumu zinātniskā komiteja:

"Nav drošu UV radiācijas iedarbības līmeņu, sauļojoties solārijos."

"Zinātniskie pierādījumi neapstiprina ideju par to, ka "pakāpeniski sauļoties" ir droši."

Starptautiskā komisija aizsardzībai pret nejonizējošo starojumu:

"Jebkāda solāriju izmantošana palielina ādas vēža risku."

Pasaules Veselības organizācija: *"Neiesakām izmantot UV radiācijas solārijus kosmētiskiem nolūkiem."*

Nekad nav labi izmantot solāriju iedeguma iegūšanai, tomēr, ja esat nolēmis (-usi) to darīt, lasiet tālāk …

Saskaņā ar likumdošanu solāriju operatoriem ir:

- jāizvieto Veselības ministrijas paziņojums par riskiem, ko rada solārija izmantošana;
- jāinformē jūs par veselības riskiem un jāizsniedz jums informācijas lapa;
- vienmēr jāuzrauga solāriji;
- jāizsniedz klientiem aizsargbrilles, kas ir jāizmanto; visu solārija izmantošanas laiku.

Tāpat solāriju operatoriem ir:

- jāizvērtē jūsu veselības stāvoklis, lai noteiktu, vai jums nav veselības problēmu, kuras solārija apmeklējums var pasliktināt;
- jāizvērtē, vai jūsu āda nav pārāk gaiša solārija izmantošanai;
- jāinformē jūs par aprīkojuma izmantošanu un rīcību ārkārtas situācijās.

Ja jums ir aizdomas par to, ka solāriju operators uzņēmējdarbībā neievēro drošības standartus, sazinieties ar Vides veselības ministriju vai vietējo padomi.