CZY MOŻNA KORZYSTAĆ Z SOLARIUM?

Wszystkie osoby, które korzystają z solarium, stwarzają zagrożenie dla swojego zdrowia, lecz niektórzy są bardziej narażeni niż inni.

Dotyczy to osób:

- z naturalnie jasną skórą (wiele osób w Irlandii Północnej ma cerę, która w słońcu narażona jest na piegi i oparzenia)
- poniżej 35 roku życia
- z dużą ilością pieprzyków
- które kiedykolwiek doświadczyły nietypowej reakcji lub alergii na światło
- przyjmujących niektóre leki, np. antydepresanty
- które w ciągu ostatnich 48 godzin przebywały na słońcu lub korzystały z solarium
- z oparzeniami słonecznymi w dzieciństwie
- leczonych na nowotwory lub stany przednowotworowe skóry
- ze skórą zniszczoną działaniem promieni słonecznych
- w ciąży
- mających na skórze kosmetyki

Więcej informacji można uzyskać na stronie:

www.careinthesun.org

W przypadku pytań dotyczących nowotworów można zadzwonić na bezpłatną infolinię i porozmawiać z pielęgniarką z organizacji Cancer Focus Northern Ireland:

0800 783 3339

Od poniedziałku do piątku, od 9:00 do 13:00
Rozmowy wykonywane z telefonów stacjonarnych są bezpłatne
nurseline@cancerfocusni.org

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

T: 028 9066 3281
E: info@cancerfocusni.org
www.cancerfocusni.org

Numer organizacji charytatywnej: NIC 101307

Cancer Focus NORTHERN IRELAND

HSC Public Health Agency

Opublikowano w lutym 2017 r. Przegląd w sierpniu 2018 r.

DOWIEDZ SIĘ WIĘCEJ O SOLARIACH

Cancer Focus NORTHERN IRELAND

HSC Public Health Agency

POLISH

Skonsultuj się z lekarzem, jeżeli zauważysz jakiekolwiek zmiany w pieprzykach, nowe pieprzyki lub nietypowe zmiany na skórze.

FAKTY

Korzystanie z solarium podwyższa ryzyko nowotworu skóry, szczególnie, jeżeli po raz pierwszy używa się solarium poniżej 35 roku życia

Prawo zabrania osobom poniżej 18 roku życia korzystać z solarium

Korzystanie z solarium nie jest efektywnym sposobem, aby podwyższyć poziom witaminy D

MITY

„Opalona skóra jest zdrowa i atrakcyjna"

Opalenizna jest znakiem, że Twoja skóra jest uszkodzona promieniowaniem ultrafioletowym (UV) od słońca lub solarium - nie jest zdrowa. Promieniowanie UV powoduje raka skóry i przedwczesne starzenie się skóry, w tym zmarszczki, zwiotczenie skóry i żółtawe lub brązowe odbarwienia.

„Dzięki solarium będę świetnie wyglądać podczas wyjątkowej okazji"

Krótkie okresy działania promieniwania UV w solarium mogą przyspieszyć uszkodzenie i starzenie się skóry. Solaria mogą również podrażniać skórę, powodując zaczerwienienie, swędzenie i wysuszanie skóry, oraz uszkodzić oczy. Alternatywą jest sztuczna opalenizna, lub po prostu pozostanie przy swoim naturalnym odcieniu skóry.

„Nie chcę dostać oparzenia słonecznego na wakacjach"

Solaria w znikomym stopniu chronią przed dalszym uszkodzeniem skóry w wyniku działania promieni słonecznych. Osoby, które łatwo ulegają oparzeniom słonecznym i z trudem się opalają, doznają oparzeń słonecznych również w solarium.

„Opalanie się w solarium jest bezpieczniejsze niż opalanie się na słońcu"

Solaria nie zapewniają „bezpiecznego opalania". Niektóre solaria emitują promieniwanie UV, które jest wiele razy mocniesze niż letnie promienie słoneczne w godzinach południowych.

„Siłownia, do której chodzę, nie miałaby solarium, gdyby nie było ono bezpieczne"

To, że siłownia lub klub fitness ma solarium, wcale nie oznacza, że jest ono bezpieczne.

OPINIE EKSPERTÓW

Według Komisji Europejskiej i jej Komitetu Naukowego ds. Zagrożeń dla Zdrowia, Środowiska i Energii:

„Żadna ekspozycja na działanie promieni UV w solariach nie może być uznana za bezpieczną."

„Dowody naukowe nie popierają stwierdzenia, że stopniowe 'budowanie' opalenizny jest bezpieczne."

Według Międzynarodowej Komisji Ochrony przed Promieniowaniem Niejonizującym:

„Wszelkie korzystanie z solarium może podwyższyć zagrożenie nowotworem skóry."

Światowa Organizacja Zdrowia: *„nie zaleca korzystania z promieniowania ultrafioletowego w solariach dla celów kosmetycznych."*

Korzystanie z solarium nigdy nie jest zdrowe, lecz jeżeli nic nie zmieni Twojej decyzji, czytaj dalej...

Według obowiązujących przepisów prawa, operatorzy solariów są zobowiązani:

- Wywieszać ostrzeżenie Ministerstwa Zdrowia na temat zagrożeń związanych z korzystaniem z solarium
- Informować o zagrożeniach dla zdrowia i udostępniać arkusz informacyjny
- Nadzorować kabiny w solarium przez cały czas
- Zapewniać okulary ochronne, które powinny być noszone przez cały czas podczas korzystania z solarium

Operatorzy solarów powinni również:

- Ocenić Twój ogólny stan zdrowia na wypadek stanu chorobowego, który znacznie by się pogorszył na skutek solarium
- Ocenić, czy Twoja skóra nie jest za jasna dla korzystania z solarium
- Poinformować, jak korzystać ze sprzętu i co zrobić w sytuacji awaryjnej

W PRZYPADKU JAKICHKOLWIEK ZASTRZEŻEŃ DOTYCZĄCYCH STANDARDÓW BEZPIECZEŃSTWA FIRMY OFERUJĄCEJ SOLARIUM NALEŻY SKONTAKTOWAĆ SIĘ Z WYDZIAŁEM ZDROWIA ŚRODOWISKOWEGO MIEJSCOWEJ RADY.