

Holandská Onkologická společnost doporučuje každodenní slunění
‘Jděte na 15-30 minut na slunce v brzkém odpolední’

Veldhoven - Holandská Onkologická společnost představuje novou a aktuální radu, kdy doporučuje každodenní vystavování hlavy a rukou UV záření. Tato vědecky podložená rada představuje radikální změnu v kampaních ‘Sun Smart / Se sluncem opatrně’ holandské Onkologické společnosti.

Radikální změna rady

Nová rada je založena na zjištěních pracovní skupiny ‘Signální komise pro rakovinu’, která ověřovala, zda ještě stále platí nebo již neplatí dřívější rada (poskytovaná od roku 1994), pokud se týká nejnovějších vědeckých studií a publikací. Již v roce 1994 bylo potvrzeno, že pokud by se člověk zcela vyhýbal slunci, bylo by to jak nepraktické, tak nežádoucí. Je důležité, aby kůže byla i nadále zvyklá na ultrafialové (UV) záření ze slunce. Navíc, k produkci vitamínu D v kůži dochází v důsledku expozice UV záření. Až doposud však rada pro Holanďany zněla: nevycházejte na slunce mezi polednem a 15,00 hodinu a vždy chraňte svoji pokožku ochrannými prostředky, pokud jdete ven.

Toto doporučení se nyní radikálně změnilo. “Pravidelná expozice hlavy, rukou a předloktí slunci po dobu 15 až 30 minut v brzkém odpolední (mezi polednem a 15,00) je žádoucí pro lidi v Nizozemsku, aby byl zachován metabolismus kostí také v rámci boje proti některým typům rakoviny” - to je aktuální a jasné prohlášení holandské Onkologické společnosti.

Vitamin D narušuje růst rakovinných buněk

Odborníci a vědečtí výzkumníci ze speciální pracovní skupiny se zabývali výzkumem, provedeným pro vitamin D a roli UV expozice předtím, než vydali tuto radu. Byl proveden rozsáhlejší výzkum zdravotních vlivů vitamínu D v průběhu posledních dvaceti let. Kromě jeho dobře známého významu pro metabolismus kostí a funkce svalů bylo zjištěno, že vitamin D hraje svoji roli v mnoha dalších tělesných procesech. Laboratorní experimenty ukázaly, že vitamin D může regulovat proliferaci buněk a narušit růst rakovinných buněk.

I s touto důležitou změnou v doporučeních Sun Smart / Na slunce s rozvahou, zůstává pokyn pro vyhnutí se slunečním spáleninám, stále týž: ‘Extenzivní a dlouhodobé opalování je nerozumné’. Lehká úprava expozice je jasně novou zprávou, o kterou je třeba se podělit s veřejností.

Fórum pro výzkum slunečního svitu / Sunlight Research Forum

Sunlight Research Forum (SRF) je nezisková organizace se sídlem v Nizozemsku. Cílem je prověřovat, shromažďovat a šířit jasným a přístupným způsobem nejnovější výsledky lékařského a vědeckého rozvoje z hlediska vlivu UV záření na člověka.

Anglické shrnutí zprávy holandské Onkologické společnosti lze nalézt na:

www.sunlightresearchforum.eu

Kontakt pro média:

Sunlight Research Forum (SRF)

pan Ad Brand (plynně hovoří holandsky, anglicky, německy)

Tel.: +31 (0)651 358 180

info@sunlightresearchforum.eu