

CZY WIESZ, ŻE...???

Na czerniaka zapada rocznie około 2,3 tys osób, z czego umiera 50% ze względu na późne rozpoznanie!!!

Badania prowadzone przez naukowców wykazały, że osoby opalające się na solarium przed 30 rokiem życia o 75% częściej zapadają na czerniaka - najbardziej zabójczą z form raka skóry.

Opalanie w solarium raz w tygodniu zwiększa ryzyko powstawania czerniaka ze znamion skóry o 70%

KILKA MITÓW NA TEMAT OPALANIA W SOLARIUM:

Opalanie w solarium jest znacznie zdrowsze niż naturalne, na słońcu

Opalanie pomaga w leczeniu trądziku

Regularne wizyty w solarium łagodzą zimową depresję

Solarium przygotowuje skórę na spotkanie ze słońcem

Specjalne kosmetyki solaryjne chronią przed szkodliwymi skutkami opalania

KORZYSTANIE Z SOLARIUM JEST CZYNNIKIEM RAKOTWÓRCZYM NAJWYŻSZEGO RYZYKA!!!



ZALECANE ŚRODKI OSTROŻNOŚCI (wg WHO)

- ◆ Nie korzystaj z solarium poniżej 18 roku życia
- ◆ Korzystaj ze sprawnych technicznie urządzeń
 - ◆ Zakładaj okulary ochronne z filtrem UV
 - ◆ Używaj kremów z odpowiednim filtrem UV, nie stosuj tzw. „przyspieszaczy”
 - ◆ Korzystaj z solarium w obecności wykwalifikowanego personelu
- ◆ Nie korzystaj z solarium w odstępach czasu krótszych niż 48h

NIE OPALAJ SIĘ GDY:

- ◆ Masz jasną karnację skóry
- ◆ Posiadasz liczne przebarwienia, znamiona
 - ◆ Masz piegi
- ◆ Uległeś oparzeniom słonecznym w dzieciństwie
- ◆ Ktoś z Twojej rodziny chorował na nowotwór skóry

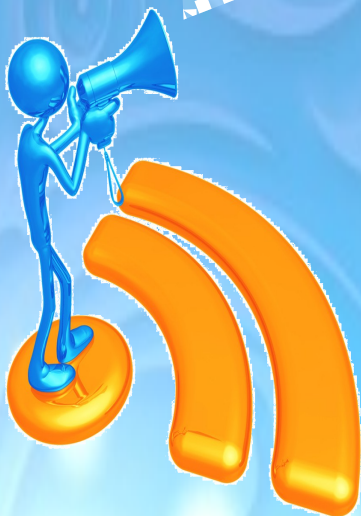
UWAGA TANOREKSJA!

To psychiczne uzależnienie od opalania. Chory ma poczucie, że z bladą skórą prezentuje się znacznie gorzej, dlatego chodzi do solarium kilka razy w tygodniu.



Wojewódzka Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Krakowie
Oddział Oświaty Zdrowotnej i Promocji Zdrowia

KORZYSTANIE Z SOLARIUM JEST CZYNNIKIEM RAKOTWÓRCZYM NAJWYŻSZEGO RYZYKA!!!



ZALECANE ŚRODKI OSTROŻNOŚCI (wg WHO)

- ◆ Nie korzystaj z solarium poniżej 18 roku życia
- ◆ Korzystaj ze sprawnych technicznie urządzeń
- ◆ Zakładaj okulary ochronne z filtrem UV
- ◆ Używaj kremów z odpowiednim filtrem UV, nie stosuj tzw. „przyspieszaczy”
- ◆ Korzystaj z solarium w obecności wykwalifikowanego personelu
- ◆ Nie korzystaj z solarium w odstępach czasu krótszych niż 48h

NIE OPALAJ SIĘ GDY:

- ◆ Masz jasną karnację skóry
- ◆ Posiadasz liczne przebarwienia, znamiona
- ◆ Masz piegi
- ◆ Uległeś oparzeniom słonecznym w dzieciństwie
- ◆ Ktoś z Twojej rodziny chorował na nowotwór skóry

UWAGA TANOREKSJA!

To psychiczne uzależnienie od opalania. Chory ma poczucie, że z bladą skórą prezentuje się znacznie gorzej, dlatego chodzi do solarium kilka razy w tygodniu.



Wojewódzka Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Krakowie
Oddział Oświaty Zdrowotnej i Promocji Zdrowia

CZY WIESZ, ŻE...???

Na czerniaka zapada rocznie około 2,3 tys osób, z czego umiera 50% ze względu na późne rozpoznanie!!!

Badania prowadzone przez naukowców wykazały, że osoby opalające się na solarium przed 30 rokiem życia o 75% częściej zapadają na czerniaka - najbardziej zabójczą z form raka skóry.

Opalanie w solarium raz w tygodniu zwiększa ryzyko powstawania czerniaka o 70%

KILKA MITÓW NA TEMAT OPALANIA W SOLARIUM:

Opalanie w solarium jest znacznie zdrowsze niż naturalne, na słońcu

Opalanie pomaga w leczeniu trądziku

Regularne wizyty w solarium łagodzą zimową depresję

Solarium przygotowuje skórę na spotkanie ze słońcem

Specjalne kosmetyki solaryjne chronią przed szkodliwymi skutkami opalania