

## Опасность искусственного загара.

Каждый человек после пребывания в отпуске в тёплых краях сразу же преобразуется. Кожа получает красивый ровный смугловатый цвет. Всё это действие солнечных лучей и выработка специального пигмента – меланина.

Но что делать поздней осенью, зимой и весной, когда кожа совершенно белая и неприглядная, а отпуск в теплые края очень отдаленная перспектива? Казалось бы, выход есть – записаться в студию загара. Но перед тем, как отправиться даже на короткий промежуток времени в капсулу с ультрафиолетом, узнайте, чем вреден солярий.

Желание загореть, следуя моде или в косметических целях, привело к значительному расширению использования оборудования для искусственного загара, в основном, в развитых странах. Популярность такого оборудования продолжает расти, особенно среди молодых женщин.

Оборудование, используемое в соляриях, и специальные лампы являются устройствами для искусственного загара, которые, как утверждается, предоставляют эффективную, быструю и безвредную альтернативу естественному солнечному свету. Однако все большее количество данных свидетельствует о том, что ультрафиолетовое (УФ) излучение ламп, используемых в соляриях, может нанести вред организму и повысить риск развития рака кожи.

В мире ежегодно происходит около 132 000 случаев заболевания злокачественной меланомой - самой опасной разновидностью рака кожи. По статистике - одно из каждых трех онкологических заболеваний, диагностируемых во всем мире, является раком кожи.

УФ излучение, как естественное, то есть солнечное, так и излучение искусственных источников, таких как лампы для загара, является известным фактором риска развития рака кожи. Было установлено, что коротковолновые УФ лучи спектра В (280-315 нм) являются канцерогенными для подопытных животных. Сейчас появляется все больше данных, свидетельствующих о том, что длинноволновые УФ лучи спектра А (315-400 нм), используемые в оборудовании для загара и проникающие в более глубокие слои кожи, также вызывают рак. Исследование продемонстрировало значительное повышение риска развития злокачественной меланомы у женщин, регулярно посещающих солярий.

Дополнительное воздействие УФ лучей, излучаемых оборудованием для загара, усиливает хорошо известные губительные последствия чрезмерного воздействия солнечных УФ лучей. У лиц со светлым типом кожи, которые защищались от солнечного излучения весной, летом, но регулярно посещавших солярий в течение двух-трех лет, были также обнаружены предраковые кератозы и болезнь Боуэна.

Любое чрезмерное воздействие УФ лучей может привести к структурным повреждениям кожи человека. В скором времени могут появиться ожоги, трещины и рубцы, а позднее - фотостарение. Фотостарение, вызываемое разрушением коллагена в коже под воздействием УФ лучей, проявляется в образовании морщин и потере эластичности.

Среди поражений глаз под воздействием УФ лучей необходимо отметить катаракты, птеригиум (разрастание белого пятна на роговице) и воспаления глаз, такие как фотокератит и фотоконъюнктивит. Кроме того, чрезмерное воздействие УФ лучей может ослабить иммунную систему, в результате чего повышается риск инфекционных заболеваний.

Известно, что воздействие УФ лучей на детей и полученные в детстве ожоги, как солнечные, так и причиненные оборудованием для загара, повышают риск развития у них меланомы в будущем. По этой причине необходимо уделять особое внимание тому, чтобы дети и подростки не допускались к использованию соляриев.