

Воздействие солнца и рак

КОЖИ



Выполнил студент 310 группы лечебного
факультета Петров А.Д.

Куратор: доцент, к.м.н. Нганкам Л. П.

Солнце и его влияние на наше здоровье

Обязательный атрибут лета – красивый загар. Многие ради него часами лежат на пляже или ходят в солярий, покупая всевозможную косметику для ровного золотого оттенка кожи. На самом деле, солнце крайне важно для нашего здоровья, как и для всех живых существ планеты. Но в больших количествах ультрафиолет может привести к неприятным последствиям.



Положительное воздействие солнца

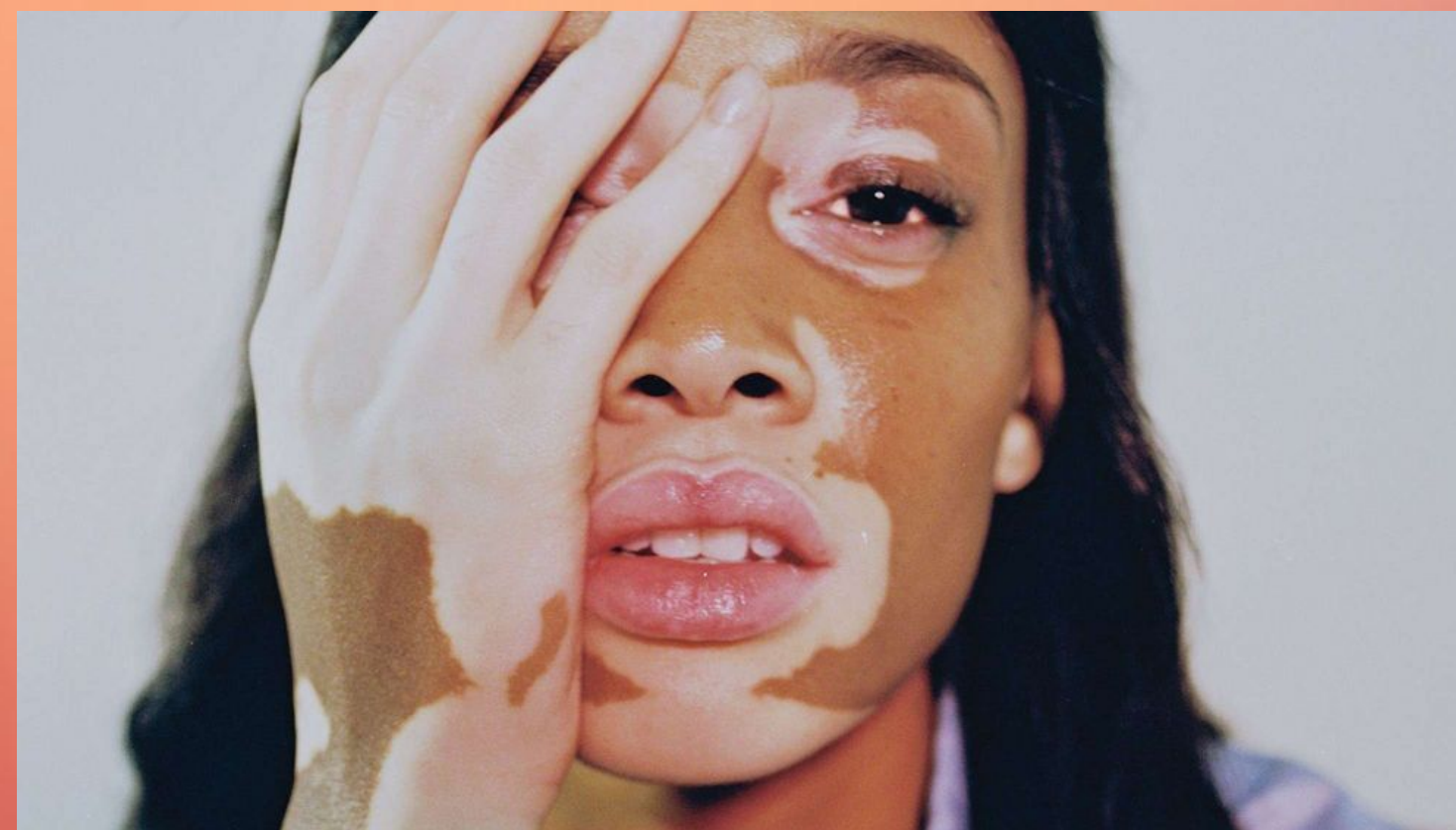
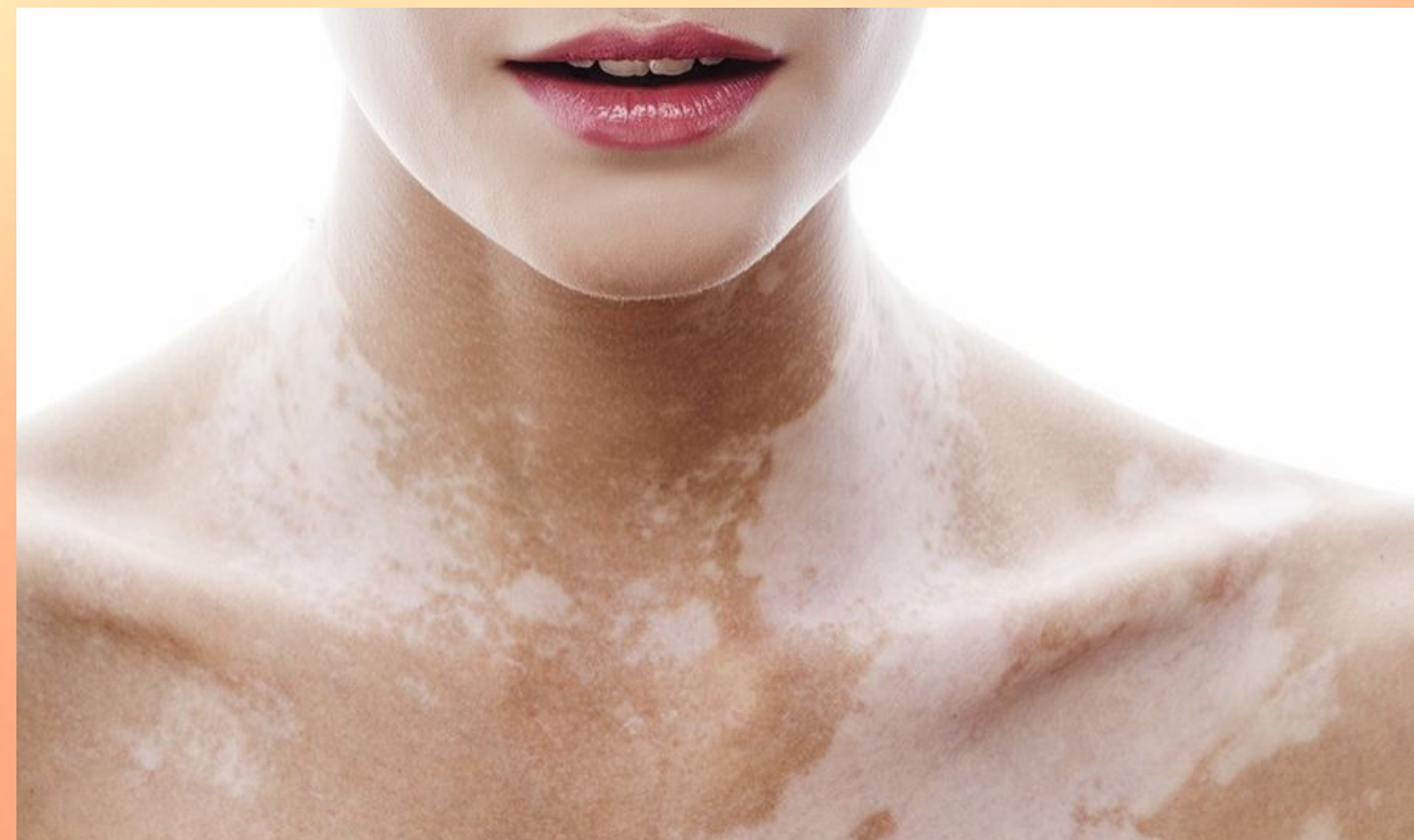
Многочисленные исследования подтверждают, что если на протяжении долгого времени человек не будет контактировать с солнечными лучами, в его организме сократится выработка витамина D, нарушится фосфорно-кальциевый обмен, работа иммунитета ухудшится, как и работоспособность в целом. Недостаток витамина D вызывает рахит.

Правда, для суточной нормы витамина D достаточно показать



Интересный факт

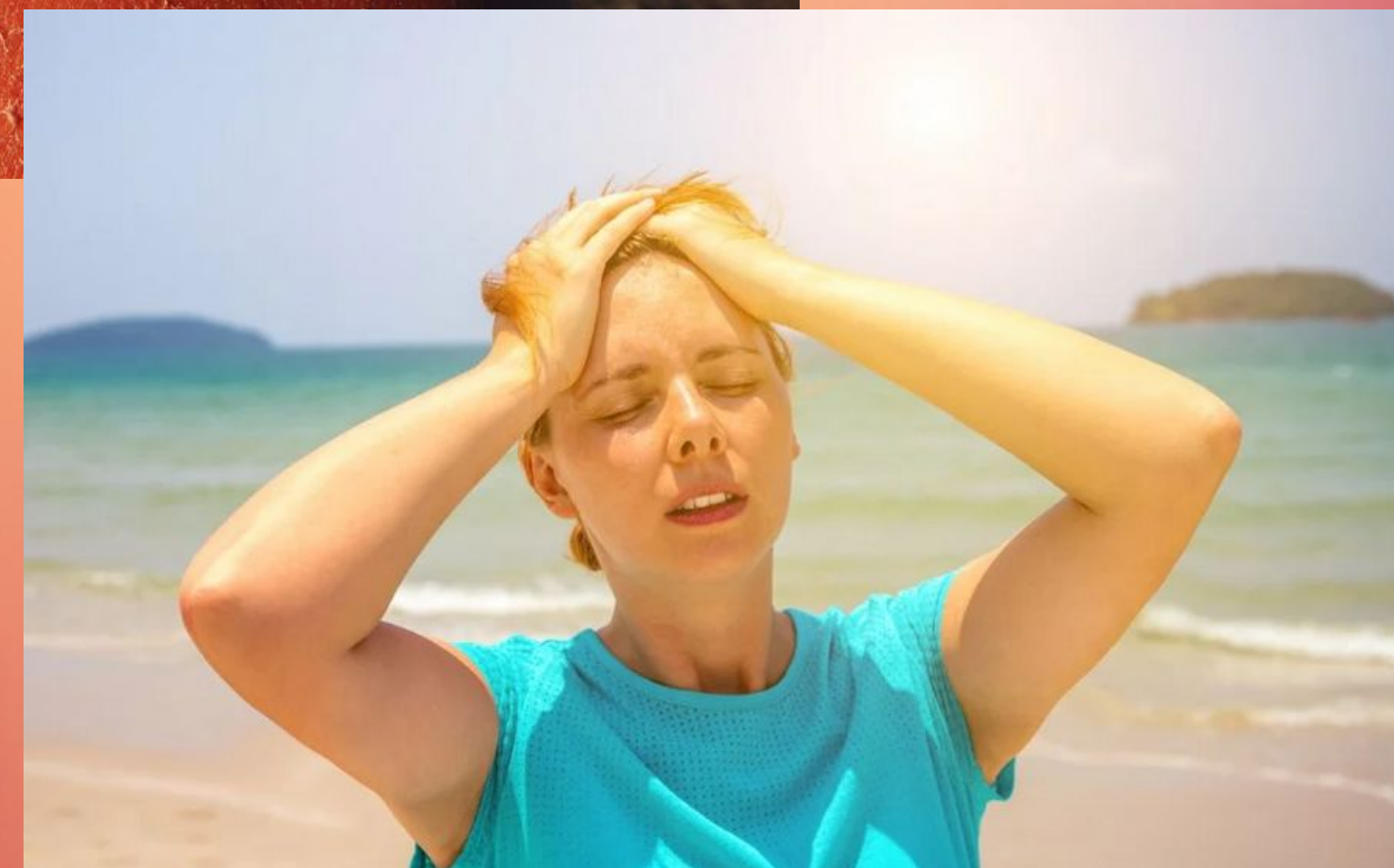
Есть положительные результаты использования ультрафиолетовых лучей при витилиго - стимулируя у заболевших выработку меланина. Дети и подростки с витилиго, принимающие солнечные ванны, отмечали уменьшение пятен после загара. Но это лишь одна из возможностей лечения, которая



Отрицательное воздействие

солнца

В то же время, переизбыток контакта с лучами этой коварной звезды чреват плохими последствиями. Что интересно – в случае долгого нахождения под прямыми солнечными лучами наблюдаются точно такие же симптомы, как и при недостатке ультрафиолета. Кроме того, кожа, которая часто подвергалась воздействию прямых солнечных лучей, быстро стареет. А



Солнечная эритема

Один из признаков того, что следует скорее спрятаться от солнца это специфический воспалительный процесс- солнечная эритема или солнечный ожог.

Симптомы солнечной эритемы обычно проявляются через 1 – 24 часа после пребывания на солнце. Изменения кожи зависят от продолжительности и интенсивности воздействия. В большинстве случаев после нескольких



Поврежденные слои могут быть болезненными при малейшем контакте и вызывать жжение. Тяжелые случаи солнечной эритемы сопровождаются отеками кожи, пузырьками и пузырями, наполненными жидкостью и поверхностной десквамацией. Если в воспалительный процесс вовлечена большая площадь поверхности тела, то могут развиваться общие симптомы, включающие лихорадку, головную боль, головокружение, озноб, слабость, общее недомогание.



Рак

КОЖИ

Среди всех раковых заболеваний рак кожи — один из самых распространённых.

Чаще всего (более 80% случаев) опухоли кожи провоцирует ультрафиолетовое излучение солнца. Ультрафиолет особенно опасен для людей, у которых светлая кожа, глаза и волосы. В группу риска также входят обладатели



многих родинок и г



Меры предосторожности при

нахождении на солнце

1. Необходимо плавно увеличивать дозу солнечных лучей, начиная с 10 минут, но не превышая 40 минут.
2. Пребывать на солнце в безопасное время: за три часа до полудня или спустя три часа.
3. Загорать нужно через некоторое время после приема пищи. А также не рекомендуется загорать голодным.



4. Пользоваться только качественными

5. Защищайте от прямых солнечных лучей пигментные пятна и другие кожные образования на теле.

Они могут переродиться в раковые опухоли.



6. Носить солнцезащитные очки, которые задерживают ультрафиолетовое излучение. Соблюдая эти правила, можно уберечь себя от риска возникновения рака кожи, но при этом не лишать себя полностью принятия долгожданных солнечных ванн.



**Спасибо за
внимание!!!**

