

Center preventivne zaščite pred soncem in šola o soncu

K Voda¹, A Benedičič Pilič²

¹Vichy Slovenija in Hrvaška

²Splošna bolnišnica Celje

Namen:

- 1) Spoznati vedenje prebivalstva v odnosu do sonca, ocena zavedanja pomembnosti zaščite pred soncem, na osnovi katerih bo mogoče načrtovati učinkovite preventivne projekte v prihodnosti.
- 2) Izboljšanje poznavanja škodljivih učinkov izpostavljanja soncu brez zaščite ter posredno preprečevanje števila poškodb kože kot posledice izpostavljanja soncu v prihodnosti.

Material in metode: Laboratoriji Vichy so v sodelovanju z Združenjem slovenskih dermatovenerologov leta 2003 drugič organizirali javnoizobraževalni projekt o zaščiti pred soncem »Center preventivne zaščite pred soncem« (Center) ter projekt izobraževanja otrok »Šola o soncu« (Šola).

Center je informiral o škodljivih učinkih solarnega ultravijoličnega sevanja, omogočil individualno dermatološko svetovanje obiskovalcem o fototipu kože, potrebi in možnostih učinkovite zaščite pri izpostavljanju soncu in anketiral o navadah pri izpostavljanju soncu.

Šola je otroke informirala skozi interaktivno gledališko predstavo ter utrjevala in preverjala njihovo novo znanje ob slikovnem materialu.

Rezultati: V okviru anketiranja je bilo v letu 2003 zbranih 1344 izpolnenih vprašalnikov naključnih obiskovalcev Centra v več mestih Slovenije in Hrvaške. Večina obiskovalcev Centra so bile osebe svetle polti in temnih las, ki so trdile, da jih sonce redko opeče (fototip kože II oz. III v 39,1 % oz. 32,8 %). Večina jih pozna pomen zaščitnih faktorjev (82 %) in uporablja zaščitne pripravke v poletnih mesecih (82 %), vendar jih 35 % preneha z zaščito zadnje dni počitnikovanja. Zelo malo anketirancev uporablja zaščitne pripravke tudi zunaj poletnih počitnic, npr. skozi vse poletje (7 %), spomladi in jeseni pri dejavnostih na prostem (5 %) in pozimi na smučanju (12 %). Več kot 60 % se jih izpostavlja soncu med 11. in 16. uro, uporabljajo pa najčesče zaščitne pripravke z zaščitnim faktorjem med 10 in 18 (35 %), ki jih pogosto nanašajo na kožo v premajhni količini ali šele takrat, ko jih sonce opeče. Od naravnih načinov zaščite pred soncem anketiranci največkrat uporabijo pokrivalo za glavo in sončna očala (39 %) ali poiščejo senco (38 %). Samo 9 % se jih zaščiti tudi z obleko, kar 28,8 % pa jih je že imelo sončne opekline kože z mehurji. Med anketiranci solarij največkrat obiskujejo ljudje iz starostne skupine od 18 do 35 let (v povprečju 9,5 %) - zlasti ljudje z zelo svetlo kožo uporabijo solarij enkrat tedensko

v pomladnih in poletnih mesecih z namenom predpriprave kože na dopustniško sončenje. Kar 93 % anketirancev ve, da UV-žarki povzročajo kožnega raka in 85 %, da povzročajo opekline kože, vendar le 29 %, da povzročajo tudi zmanjšanje obrambnih sposobnosti organizma. Za slovensko populacijo anketirancev je zanimiv podatek, da je pri 4,8 % anketirancev nekdo v družini že zbolel za kožnim rakom. Slednji je najpogostejši pri svetlopoltih anketirancih (12,1 % fototip kože I), ki imajo več kot 50 pigmentnih znamenj po telesu (6,6 %). Izsledki kažejo, da zaščita pred soncem zanima zlasti ženske med 18. in 27. letom starosti (najpogostejše obiskovalke Centra). Hkrati je ta starostna skupina med bolj »problematičnimi«: značilen je nadpovprečno velik delež tistih, ki ne uporabljajo zaščitnih pripravkov; prenehajo z uporabo zaščitnih pripravkov zadnje dni počitnikovanja, da bi čim bolj porjaveli; ne uporabljajo naravnih načinov zaščite pred soncem (obleka, pokrivalo, sončna očala) in se zaščitijo šele, ko jih sonce že opeče; porabijo v času počitnic manj kot en 100-mililitrski izdelek na teden, kar je premalo za doseganje zaščitnega faktorja na koži, ki bi bil enak tistemu, navedenemu na embalaži izdelka; hodijo v solarij.

Zaključki: Izpostavljanje soncu je v Sloveniji in na Hrvaškem še vedno nenadzorovano in pretirano, čemur je pogosto vzrok tudi pomanjkanje znanja o škodljivosti UV-žarkov. Zato bi preventivni projekti na temo zaščite pred soncem v prihodnosti morali postati tradicija. Izkušnje kažejo, da je osveščanje o škodljivih učinkih UV-žarkov in o ustreznih načinih zaščite uspešnejše ob sodelovanju različnih strokovnjakov (zdravnikov, farmacevtov, vzgojiteljev, učiteljev, zaposlenih v medijih, ipd.).