

Ученые рекомендуют не втирать солнцезащитный крем

Солнечный загар - это не только красиво, но еще и опасно, напоминают ученые.

Втирание солнцезащитного крема в кожу уменьшает его эффективность, - к такому выводу пришли британские ученые.

Эксперты, изучающие влияние солнечного излучения на человека, установили, что лучше всего крем действует, когда его слой засыхает на коже и образует белую пленку. Она-то и защищает организм от вредных лучей.

"Большинство людей именно втирают солнцезащитный крем - им так приятнее, - уточняет научный сотрудник доктор Рэйчел Хэйвуд. - Но наше исследование показало, что при таком использовании защита вашей кожи от вредного воздействия солнца минимальна".

Более того, как считают ученые, втирание крема создает для кожи еще большую опасность.

Дело в том, что в таком случае солнцезащитное средство скапливается в складках и в потовых железах. При этом оно пропускает длинные ультрафиолетовые лучи (UVA), вредные для кожи, но замедляет воздействие коротких лучей (UVB), которые формируют загар. В результате любители темного цвета кожи дольше остаются на пляже и подвергают себя повышенному риску.

По мнению экспертов, солнцезащитный крем вообще должен стать самым последним средством защиты от солнечного излучения. Намного лучше просто не получать солнечных ожогов и оставаться в тени с 11 до 15 часов дня, когда солнечная активность наиболее высока. **Группа риска**

Для проведения опытов ученые использовали кусочки человеческой кожи, оставшейся после хирургических операций. Они воссоздали солнечное облучение в лаборатории и выяснили, что под воздействием длинных ультрафиолетовых лучей растет количество так называемых "свободных радикалов" - частиц, которые могут вызвать рак или преждевременное старение кожи.

"Люди со светлой кожей, которые быстро "сгорают", те, у кого много родинок и веснушек, а также те, чьи родственники болели раком кожи, должны быть особенно осторожны на солнце. Им заболевание угрожает больше всего", - предостерегает Сара Хиом из британской благотворительной организации Cancer Research.

Автор: Артур Скальский © Би-Би-Си ЗДОРОВЬЕ , МИР 👁 2338 21.07.2006, 11:13 📄 160

URL: <https://babr24.com/?ADE=31499> Bytes: 2030 / 2023 Версия для печати

 [Порекомендовать текст](#)

Поделиться в соцсетях:

Также читайте эксклюзивную информацию в соцсетях:

- [Телеграм](#)
- [ВКонтакте](#)

Связаться с редакцией Бабра:
newsbabr@gmail.com

Телеграм: @babr24_link_bot
Эл.почта: newsbabr@gmail.com

ЗАКАЗАТЬ РАССЛЕДОВАНИЕ:

эл.почта: bratska.net.net@gmail.com

КОНТАКТЫ

Бурятия и Монголия: Станислав Цырь
Телеграм: @bur24_link_bot
эл.почта: bur.babr@gmail.com

Иркутск: Анастасия Суворова
Телеграм: @irk24_link_bot
эл.почта: irkbabr24@gmail.com

Красноярск: Ирина Манская
Телеграм: @kras24_link_bot
эл.почта: krasyar.babr@gmail.com

Новосибирск: Алина Обская
Телеграм: @nsk24_link_bot
эл.почта: nsk.babr@gmail.com

Томск: Николай Ушайкин
Телеграм: @tomsk24_link_bot
эл.почта: tomsk.babr@gmail.com

[Прислать свою новость](#)

ЗАКАЗАТЬ РАЗМЕЩЕНИЕ:

Рекламная группа "Экватор"
Телеграм: @babrobot_bot
эл.почта: equatoria@gmail.com

СТРАТЕГИЧЕСКОЕ СОТРУДНИЧЕСТВО:

эл.почта: babrmarket@gmail.com

[Подробнее о размещении](#)

[Отказ от ответственности](#)

[Правила перепечаток](#)

[Соглашение о франчайзинге](#)

[Что такое Бабр24](#)

[Вакансии](#)

[Статистика сайта](#)

[Архив](#)

[Календарь](#)

[Зеркала сайта](#)