

Крем от солнца "не защищает от рака"

Солнцезащитные кремы не дают достаточной степени защиты кожи, и только плотные ткани, такие как шерстяная и джинсовая, могут спасти от рака и других опасных последствий ультрафиолетового излучения, указывают швейцарские ученые.

В статье на вебсайте британского медицинского журнала Lancet ученые из больницы Triemli в Цюрихе сопоставили около 500 различных исследований различных способов защиты кожи. Они пришли к выводу, что самый неэффективный из них - это нанесение на кожу солнцезащитного крема.

Крем может защитить от солнечных ожогов и легких форм рака кожи, но не спасает от самых опасных из них, таких как меланома, говорится в статье.

Легкие льняные и хлопчатобумажные ткани тоже не всегда прикрывают в достаточной степени, а если они светлые или влажные, то это может дополнительно понизить степень защиты.

По итогам своего исследования ученые рекомендуют облегающую одежду из плотных тканей, например джинсовой или шерстяной, широкополые шляпы, - и по возможности вообще не выходить на солнце.

"Конечно же, нельзя рекомендовать носить шерстяные ткани на пляже, - сказал Би-би-си руководитель коллектива ученых Стивен Лаутеншлагер. - Но нужно помнить, что не каждая майка в достаточной степени блокирует ультрафиолетовое излучение".

В своей статье ученые признают, что не все будут готовы последовать их рекомендациям.

"Солнцезащитные кремы могут стать преобладающим способом защиты от солнца по различным социальным причинам, например стремлению приобрести загар или расслабиться на солнце", - пишут они.

В таком случае они рекомендуют не жалеть крема и предупреждают о необходимости наносить его до выхода на солнце.

"Не следует злоупотреблять солнцезащитными кремами в стремлении по максимуму увеличить время пребывания на солнце", - предупреждают они.

Доктор Кэт Арни, представитель фонда Cancer Research UK, финансирующего онкологические исследования в Великобритании, прокомментировала исследование так: "Оно подтверждает то, что мы уже знаем... Многие люди неправильно применяют солнцезащитные кремы, наносят их нерегулярно и не наносят их повторно после купания. Кому-то кажется, что солнцезащитный крем - это невидимый щит, который дает карт-бланш для того, чтобы лежать на солнце весь день".

Cancer Research UK рекомендует оставаться в тени в самое жаркое время - с 11 часов утра до 3 часов дня, выходить на солнце в футболке, шляпе и солнечных очках и пользоваться кремом со степенью защиты не меньше SPF 15.

[👍 Порекомендовать текст](#)

Поделиться в соцсетях:

Также читайте эксклюзивную информацию в соцсетях:

- [Телеграм](#)

- [ВКонтакте](#)

НАПИСАТЬ ГЛАВРЕДУ:

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](#)

