

Ny studie visar att regelbunden solning minskar risken att få hudcancer

En ny studie från Storbritannien visar på anmärkningsvärda resultat vid studier av solvanor och Malignt Melanom hudcancer. Studien som nyligen presenterades av Dr Julia Newton Bishop i *European Journal of Cancer*, visar bland annat att de som hade de högsta doserna av UV-ljus på helger under sommaren, även hade de lägsta riskerna för att få hudcancer. De som under helgen solade 5 timmar eller mer löpte 33 % mindre risk att få hudcancer än de med lägst UV exponering. Redan vid 3-4 timmars solljus så minskade risken att få hudcancer med 28 %.

- Den enda slutsatsen man kan dra av denna studie är att regelbunden moderat solning minskar risken för att få hudcancer, säger Roland Laurent, sakkunnig på Svensk Solarieförening, SSF. Studien är ännu en i en lång rad studier som visar att regelbunden moderat solning de facto minskar risken för hudcancer. Det är det D-vitamin som vi får från UV-B ljuset från solen eller från solarier, som genom att bilda ett enzym i melanom cellerna till slut gör att cellerna dör. Återigen ser vi vikten av regelbunden solning som den helt dominerande källan till D-vitamin. Vår moderna livsstil har i grunden ändrat våra förutsättningar till att leva ett hälsosamt liv. I USA finns siffror som visar att vi minskat utomhusarbete samt fritidsaktiviteter utomhus med 66 % sedan mitten på 30-talet. Samtidigt har vi i Sverige sedan decennier haft en liknande utveckling följt av ett stadigt ökande ohälsotal. Flera av våra allvarligaste cancerformer, MS, diabetes och Parkinson, för att nämna några sjukdomar, har ökat närmast epidemiskt sedan 50-talet samtidigt som vi fått mer och mer inomhusarbete och dessutom spenderar övrig fritid inomhus vid datorn eller framför TV: n.

Den här studien visar återigen att de svenska solråden som tagits fram av Strålsäkerhetsmyndigheten (SSM) radikalt måste ändras och anpassas så att de står i samklang med modern forskning och vår moderna livsstil. Eftersom studien visar att det faktiskt är brist på regelbunden exponering för UV-ljus som ökar risken för hudcancer måste man dra slutsatsen att SSM:s varningar för UV-ljus är direkt kontraproduktiva och att deras slutsatser om orsakerna till ökningen av hudcancer är grovt felaktiga. De råd de ger bidrar snarare till att hudcancer, tillsammans med ett stort antal andra allvarliga sjukdomar ökar. Det är dags att inse att UV inte är en strålsäkerhetsfråga utan en folkhälsofråga som bäst hanteras av de myndigheter som har en helhetssyn på folkhälsan. Bristen på D-vitamin kostar dessutom samhället miljarder i onödan varje år.

För mer information kontakta:

Roland Laurent, sakkunnig på Svensk Solarieförening SSF

telefon 0705-533 7900 e-post roland.laurent@ultratan.se

Källor:

Newton Bishop et al, Relationship between sun exposure and melanoma risk for tumours in different body sites in large control-case study in a temperate climate, European Journal of Cancer 2011; 47:732-741.

Garland FC et al, Occupational sunlight exposure and melanoma in the US Navy, Arch Environ Health, 1990; 45:261-67

Rivers J, Is there more than one road to melanoma?, The Lancet 2004; 363:728-30

Dr Marc Sorensen EdD, The Sunlight Institute, USA