



Svensk Solarieförening*

PRESSMEDDELANDE

Svensk Solarieförening - för omedelbar publicering
Distribuerat 2011-06-20

Sol och D-vitamin minskar risken för bröstcancer med upp till 43 procent

Detta stöds av en studie gjord på 70 000 kvinnor; den avgörande faktorn är tillräcklig UVB-strålning. Kost och kosttillskott har endast en stödfunktion.

Veldhoven, den 20 juni 2011.

Regelbunden exponering för UV-ljus och en D-vitaminrik kost minskar risken att utveckla bröstcancer med 32 till 43 procent. Den avgörande faktorn för en förebyggande effekt är tillräcklig exponering för UVB-strålar. D-vitaminrik mat som t.ex. fisk, mejeriprodukter, ägg och vissa oljor och kosttillskott kan visserligen öka solens effekter, men ensamma har de liten påverkan på sjukdomens uppkomst eller framåtskridande. Dessa slutsatser har forskare från Frankrikes nationella institut för hälsa och medicinsk forskning (Institut National de la Santé et de la Recherche Médicale [INSERM]) i Paris har kommit fram till i en studie som publicerats i facktidskriften "Cancer Epidemiol Biomarkers".

I studien observerade forskarna 70 000 kvinnor under 10 år. Under denna period diagnosticerades 2 871 fall av bröstcancer. Enligt studien har kvinnor som bor i soliga områden som t.ex. Provence och som äter en D-vitaminrik kost en väsentligt lägre risk att utveckla bröstcancer än kvinnor som exponeras mindre för solen, bor i solfattiga områden och får i sig mindre D-vitamin via kost eller kosttillskott. Forskningsgruppens slutsats: "En hög dos D-vitamin via exponering för UV-B ljus och näringstillförsel är nödvändigt för att uppnå en tillräcklig skyddseffekt mot bröstcancer. Detta är emellertid mycket svårt att uppnå för kvinnor i nordliga länder eftersom solljuset i dessa länder inte är starkt nog för att säkerställa en tillräcklig produktion av D-vitamin". Forskarna förklarar vidare att det är mycket svårare att uppnå skyddseffekten från kombinationen av sol och en D-vitaminrik kost efter klimakteriet.

- Detta är en i en lång rad av studier som visar på vikten av att vi får tillräckligt D-vitamin, säger Roland Laurent, sakkunnig hos Svensk Solarieförening, SSF.

80 % av vårt D-vitaminbehov kommer från UV- ljus och det är inte möjligt att kompensera detta via kost eller tillskott som lätt kan överdoseras och därmed ge flera allvarliga biverkningar. Däremot finns det ett flertal studier som visar att solarium är en mycket bra källa för D-vitamin.

Studie:

Pierre Engel, Guy Fagherazzi, Sylvie Mesrine, Marie-Christine Boutron-Ruault, Françoise Clavel-Chapelonet: "Joint Effects of Dietary Vitamin D and Sun Exposure on Breast Cancer Risk: Results from the French E3N Cohort" i *Cancer Epidemiol Biomarkers Prev* 2011, 20:187–198. Publicerades först på nätet den 2 december 2010.

Mediakontakt Sverige

Presstalesman: Roland Laurent. E-post, roland.laurent@ultratan.se

Tel. 070-533 79 00

Ordförande: Kim Wiking. E-post, kim.wiking@telia.com Tel. 070-640 66 30

Svensk Solarieförening är en gemensam resurs för landets alla solotek och solarieleverantörer. Föreningen har varit verksam sedan 1992 och man verkar för att skapa en korrekt bild av solarium och solning. Föreningen fungerar också som en remissinstans i alla frågor som berör solarium och UV-ljusets positiva hälsoeffekter.

Mediakontakt Nederländerna:

Ad Brand

Sunlight Research Forum (SRF)

Tfn: +31 (0)651 358 180

info@sunlightresearchforum.eu

www.sunlightresearchforum.eu

Sunlight Research Forum (SRF) är en ideell organisation med säte i Nederländerna. Organisationens syfte är att ge allmänheten tillgång till de senaste medicinska och vetenskapliga rönen om effekterna av måttlig exponering för UV-strålning.