

# POZOR NA SLUNĀ•ĀČEKO!!!

StĀ™eda, 09 kvĀ›ten 2018

VĀ›dĀ›li jste, Ā¾e se sluneĀ•nĀ- zĀ›Ā™enĀ- sklĀ›dĀ› z nĀ›kolika rĀ›znĀ½ch slo¾ek a jedna z nich je ultrafialovĀ© zĀ›Ā™enĀ-, kterĀ© pronikĀ› i pĀ™es mraky a Ā¾e tĀ©Ā¾ v mĀ›nĀ› sluneĀ•nĀ© dny dokĀ›Ā¾e naĀ›Ā- kĀ›Ā¾i opĀ›lit, a nĀ›kdy dokonce spĀ›lit? Na ochranu naĀ›Ā- kĀ›Ā¾e pĀ™ed negativnĀ-m pĀ›sobenĀ-m UV zĀ›Ā™enĀ- bychom mĀ›li myslet od prvniĀ-ch jarnĀ-ch paprskĀ› a nemĀ›li bychom na ni zapomĀ›nat ani ve dnech, kdy slunĀ-Ā•ka pĀ™es oblaky pronikĀ› jen mĀ›lo.

Kdy myslet na ochranu pĀ™ed ultrafialovĀ½m zĀ›Ā™enĀ-m?

NejlĀ›pe pĀ™ed ka¾dĀ½m pobytem venku. Jsme mu totiĀ¾ vystaveni nejen na dovolenĀ©, ale dennĀ› â€“ cestou do prĀ›ce, na odpolednĀ-prochĀ›zce, pĀ™i vĀ½letu na kole nebo pĀ™i prĀ›ci na zahradĀ›. A to nejen za sluneĀ•nĀ½ch dnĀ›!

Jak se chrĀ›nit pĀ™ed negativnĀ-mi Ā°Ā•inky ultrafialovĀ©ho zĀ›Ā™enĀ-?

Ochrana pĀ™ed negativnĀ-mi Ā°Ā•inky UV zĀ›Ā™enĀ- by mĀ›la bĀ›t ideĀ›lnĀ› co nejkompexnĀ›jĀ›-. ZĀ›kladem ochrany kĀ›Ā¾e je kvalitnĀ- opalovacĀ- pĀ™Ā-pravek. Ten bychom mĀ›li nanĀ›Ā›jet vĀ¾dy v dostateĀ›m mno¾stvĀ›- a pĀ™i delĀ›m pobytu venku rovnĀ›Ā¾ opakovanĀ›. KromĀ› nĀ›j je vhodnĀ© chrĀ›nit se i jinak â€“ hlavu si krĀ›t vhodnou pokrĀ›vkou (napĀ™. kloboukem) a oĀ›i sluneĀ•nĀ-mi brĀ›lemi.

Co hrozĀ› nechrĀ›nĀ›nĀ© kĀ›Ā¾i?

KromĀ› nepĀ™Ā-jemnĀ©ho spĀ›lenĀ- kĀ›Ā¾e, tvorby pigmentovĀ½ch skvrn a vrĀ›sek mĀ›Ā¾e ultrafialovĀ© zĀ›Ā™enĀ- vyvolĀ›vat v naĀ›Ā- kĀ›Ā¾i zmĀ›ny, kterĀ© mohou vĀ›st a¾ ke vzniku rakoviny kĀ›Ā¾e. MalignĀ- melanom je nejzoubnĀ›jĀ›-m typem rakoviny kĀ›Ā¾e a novĀ½ch pĀ™Ā-padĀ› tohoto onemocnĀ›nĀ- v ĀČeskĀ© republice ka¾doroĀ›nĀ› pĀ™ibĀ½vĀ›. NejĀ›stĀ›ji vznikĀ› z pigmentovĀ½ch znamĀ©nek, proto je tĀ™eba si znamĀ©nka pravidelnĀ› kontrolovat a vĀ›mat si, zda se nĀ›jak nemĀ›nĀ›. ĀČEĀ-m dĀ™Ā-ve se podezĀ™elĀ© znamĀ©nko nechĀ› vyĀ›jetĀ™it a pĀ™Ā-padnĀ½ ko¾nĀ- nĀ›dor odhalĀ›, tĀ-m vĀ›tĀ›Ā- je Ā›jance na Ā°plnĀ© uzdravenĀ›.

Chcete si nechat zkontrolovat svoje znamĀ©nka? PĀ™ijĀ›te za nĀ›mi do STANU PROTI MELANOMU.

10.-11. 5. 2018

10:00-18:00

PRAHA, Viclavsk nmst- (Opletalova ul.)

14. 5. 2018

10:00-18:00

BRNO, nmst- Svobody

15. 5. 2018

10:00-18:00

OSTRAVA, Shopping Park Avion

DOPORUEUJU!d@niela