

Početna > Jaslice > Zdravlje i njega > Zaštita dječje kože od sunca



Sviđa mi se 9 [Dini](#) [G+](#) 0 [Tweet](#) 1

Zaštita dječje kože od sunca

19.03.2014.

Naša koža pamti opekline još od najranijeg djetinjstva. Vjerojatnost za nastanak karcinoma je veća što smo ranije dobili opekline. Zato je količina izlaganja suncu tijekom djetinjstva vrlo bitna i djecu treba dobro zaštititi

Mala količina ultraljubičastog zračenja nužna je za sintezu endogenog vitamina D važnog za apsorpciju kalcija iz crijeva. Međutim, dugotrajno izlaganje suncu može biti opasno, jer uzrokuje oštećenje kože. Oštećenje kože je kumulativno (zbraja se) i počinje već s prvim izlaganjem suncu. Svaka opekline, ali i pretjerano izlaganje UV zračenju tijekom djetinjstva povećavaju rizik nastanka karcinoma kože u odrasloj dobi.

Ljudima koji su imali pet ili više težih opekline tijekom djetinjstva ili adolescencije rizik od nastanka melanoma povećava se dva puta. Zato nikada nije dovoljno rano započeti zaštitu djeteta od sunca.

Djeca do 12 mjeseci života se uopće ne bi smjeli izlagati suncu. Za djecu do treće godine života se preporuča izbjegavati sunce u razdoblju između 9 i 16 sati.

Zaštitna odjeća

Naime "obrambeni" sustav zaštite od sunca u djece nije dovoljno razvijen. Tamnjenje kao mehanizam obrane kože od UV zraka kod djece nije u cjelosti prisutno. Godinama ljudi cijelog svijeta primjenjuju fotozaštitna sredstva kao monoterapiju s ciljem zaštite od sunca.

Australia je pokazala da je multitaktični pristup zaštiti od sunca, u kome se UV zaštitna odjeća kombinira s fotozaštitnim sredstvima, i znatno učinkovitiji i bolje prihvaćen. UV zaštitna odjeća koja u sebi ima utkane UV zaštitne niti, nudi mogućnost poboljšanja kvalitete života, posebice tijekom ljetnih mjeseci. UV zaštitna odjeća omogućava UPF 50 ili veći, čime se blokira 97% UV-zračenja. Najmanje dvije studije ukazuju visoku učinkovitost primjene fizikalne fotozaštitne barijere. Jedna od studija ukazuje da kod 12-godišnjaka, koji su imali pokrivena leđa cijelo vrijeme kroz period od 6 godina, se vidi manji broj madeža nego u vršnjaka koji su imali pokrivena leđa u manje od 70% vremena.

Tekst: dr. Ivana Manola, spec. dermatologije i venerologije, Poliklinika Manola

Foto: Profimedia