

ODGOVORI

na najčešća pitanja o sunčanju u solariju

„Zašto se dobivena tamnopuslost s vremenom izgubi?“

Stvarna tamnopuslost kože se dobije na gornjoj površini kože. Stanice kože epidermisa, najgornjeg sloja kože, se obnavljaju svakih 28 do 30 dana. Ponovljenim sunčanjem tamnopuslost se može sačuvati.

„Zašto svaki čovjek pocrni individualno?“

Genetički faktori određuju bazu kože i sposobnost da pigmentne stanice proizvede puno ili malo bojila za kožu. Na rezultat Vašeg tamnjenja, doduše, mogu utjecati još i drugi faktori, kao npr. prokrvijenost kože. Dobro prokrvljena koža, koja transportira puno kisika, pocrni bolje.

„Zašto neki dijelovi tijela pocrne brže nego drugi dijelovi?“

Unutrašnje strane ruku ili potkoljenica npr. sadrže manje pigmentnih stanica, tako da ovi dijelovi slabije pocrne. Lice je preko cijele godine izloženo suncu i posjeduje time odgovarajuće deblji rožnati sloj koji služi kao zaštita protiv UV zračenja.

Svestrano zdravo

„Da li se za vrijeme uzimanja lijekova smije sunčati?“

Lijekovi mogu pojačati UV osjetljivost kože. Postoje i lijekovi, koji mogu izazvati fotoalergijske reakcije. Psihofarmaci, antidepresivi, antihistaminici i antibiotici su samo poneki od njih. Isto tako i nakon završetka uzimanja, posebno antibiotika, traje nekoliko dana dok tijelo u potpunosti razgradi lijek. Kod uzimanja lijekova trebali biste se prije sunčanja u svakom slučaju posavjetovati sa Vašim liječnikom. Isto tako i vanjski upotrijebljene kreme ili masti, ali i mirisne tvari u parfemu ili kozmetika mogu pod određenim uvjetima uzrokovati fototoksične reakcije kože.

ODGOVORI

na najčešća pitanja o sunčanju u solariju

„Da li se za vrijeme trudnoće smije posjećivati solarij?“

Kod normalnog tijeka trudnoće smijete se sunčati kako na prirodnom suncu tako i u solariju. Izbjegavali se moraju preduga vremena sunčanja, kako se tijelo ne bi dodatno opterećivalo. U dvojbenaom slučaju biste se trebali posavjetovati sa Vašim liječnikom.

„Da li se za vrijeme sunčanja smiju nositi kontaktne leće?“

Toplina u solariju može kontaktne leće isušiti i time može doći do reakcija na očima. Mi preporučujemo stoga, da kontaktne leće prije sunčanja odstranite. U svakom slučaju bi se za vrijeme sunčanja trebale nositi prikladne zaštitne naočale. Takve zaštitne naočale dobijete u studiju za sunčanje.

„Da li za vrijeme sunčanja u solariju nositi zaštitne naočale?“

Osjetljive oči bi se u svakom slučaju trebale zaštititi specijalnim naočalima koje ne propuštaju UV. Samo zatvaranje očiju nije dovoljno.

„Da li se za vrijeme gripe smije sunčati?“

Za vrijeme gripe ne bi smjeli posjećivati solarij. Opterećenje za tijelo, kvatlok i imunološki sistem je za vrijeme bolesti preveliko i moglo bi negativno utjecati na lijek bolesti.

„Da li solarij može spriječiti bolesti?“

Osim prirodne zaštite protiv sunca poznato je još mnoštvo pozitivnih djelotvornosti UV zračenja. U solariju se kod sunčane alergije ili fototoksičnih reakcija, može postići svjetlosna navika kože. Kroz UV-B zračenje stvoreni vitamin D3 djeluje na različite procese metabolizma, posebno na količinu kalcija, za sprečavanje rahitisa i osteoporoze. Deficit vitamina D3 se može čak i u samim zimskim mjesecima sa malo sunca, posjetom solarija izjednačiti. Nečistoće kože kao akne, smanjenje holesterina ili poboljšavanje svojstava protoka krvi se pozitivno pripisuje UV-zračenju.

ODGOVORI

na najčešća pitanja o sunčanju u solariju

„Kako nastaju sunčane opekotine?“

Sunčane opekotine se mogu dobiti samo onda, kada se ne pridržavate vremena sunčanja povezana sa UV-B intenziteta zračenja u solariju. Sunčana opekotina se očituje kao crvenilo kože, zatezanje kože, svrab i kasnije kao eventualno ljuštenje kože najčešće 6 do 24 sata nakon sunčanja. Ukoliko su nastupile sunčane opekotine, ublažavaju se ovisno o stupnju i to:

- lako crvenilo kože se liječi rashladnim sredstvima za njegu kože, potrebno je piti puno tekućine i u svakom slučaju učiniti pauzu do sljedećeg sunčanja.
- izraženije opekotine, u svakom slučaju konzultirati liječnika.

„Da li kroz UV-A zračenje mogu nastati sunčane opekotine?“

UV-A zračenje ne može uzrokovati sunčane opekotine. Doduše može biti, da koža sunčanjem kroz UV-A zračenje i time povezane topline pocrveni. Ovo crvenilo kože se označuje kao tzv. toplinsko crvenilo koje brzo nestaje i koje nije štetno.

„Da li se u solariju mogu prenositi bolesti?“

Posebno spolne bolesti ili Aids mogu se prenositi samo kroz izmjenu tjelesnih tekućina. Dezinfekcijska sredstva koja se upotrebljavaju u studiju za sunčanje djeluju na klice kao npr. HIV uzročnike. Djelotvornost dezinfekcijskih sredstava koja se upotrebljavaju u studiju za sunčanje morala bi biti dokazana stručnim mišljenjima. Odgovarajući certifikat bi trebao biti obješen ili predložen.

„Kako se osigurava higijena u studiju za sunčanje?“

U studiju za sunčanje se upotrebljavaju dezinfekcijska sredstva posebno razvijena za solarije. Zahtjevi postavljeni na dezinfekcijska sredstva su vrlo visoki, tako da se klice na klupi za sunčanje unište u najkraćem vremenu. Klupe za sunčanje, podloge za podove, jastuci za glavu, zaštitne naočale i sve površine se redovno dezinficiraju od strane osoblja.

ODGOVORI

na najčešća pitanja o sunčanju u solariju



„Da li se kod sunčanja treba upotrebiti kozmetika?“

Njegovana, glatka koža puno bolje prima UV-zračenje. Specijalna solarna kozmetika bi se trebala primijeniti prije sunčanja, kako bi se rezultat tamnjenja intenzivirao i kako bi koža bila opskrbljena vrijednim tvarima za njegu i ljepotu.

Nakon sunčanja rezultati tamnjenja sa solarnom kozmetikom se mogu još produbiti, a prije svega koža se opskrbljuje vlagom.

„Da li se sauna podnosi sa solarijem?“

Poslije posjećivanja saune možete posjetiti solarij, doduše, intenzitet i trajanje zračenja bi se trebao reducirati. Kroz saunu je koža jače prokrvljena, tako da se rizik od sunčanih opekotina povećava.

„Da li je poslije sunčanja dopušteno tuširanje?“

Za vrijeme sunčanja koža se znoj, stoga bi se poslije sunčanja trebalo tuširati i kožu njegovati prikladnim losionom, kako se koža ne bi isušila. Tuširanjem poslije sunčanja prepiranost se ni u kom slučaju ne može „isprati“.

ODGOVORI

na najčešća pitanja o sunčanju u solariju

„Da li se sunčanjem ranije dobivaju bore?“

UV-A zračenje prodire u dublje slojeve kože i tamo doseže kolagenska vlakna. Prekomjerno doziranje UV-A zračenja vodi k tome, da se kolagenska vlakna s vremenom razgrađuju, odnosno priječi novo stvaranje kolagena i dodatno vodi normalnom procesu starenja kože.

Specijalna solarna kozmetika može ovaj proces spriječiti, a pridonosi da se koža održi elastičnom i priječi stvaranje bora.

„Da li poslije kozmetičkog postupka smijem posjetiti solariju?“

Da.

Doduše, prije sunčanja kozmetika ili make up se moraju odstraniti, kako ne bi došlo do reakcije kože. Poslije peelinga kože trebali bi smanjiti intenzitet i trajanje sunčanja, jer postoji mogućnost da koža reagira senzibilnije.

„Kako nastaju „bijele mrlje?“

Kod bijelih mrlja se radi o tzv. prišnim mjestima od ležanja, koje nastaju zbog slabije opskrbe kože kisikom na lopašicama i na trtičnoj koži, ležanjem u solariju. Ovu pojavu možete izbjeći tako, što se nakon pola proteklog vremena sunčanja okrenete ili koristite sunčani tuš (kabina za stajanje).

„Odakle dolazi tipičan miris kože u solariju?“

Ako se čovjek znoji u solariju, UV-A zračenje djeluje na fotokemijsku razgradnju supstanci znoja. To dovodi do „mirisa“ kože. Moderna solarna kozmetika sadrži tvari, koji djeluju protiv ovog mirisa.