

Dobrodošli na PLIVAzdravlje

RSS

Hrvatski

PLIVA web:



PLIVAzdravlje besplatni **newsletter**

PDA verzija

DEBIS

MEDICINSKA NAKLADA

Online knjižara i antikvarijat!

PLIVA zdravlje.hr novi pogled na zdravlje

POČETNA STRANICA ► ZAŠTITA OD SUNCA - OD KURATIVE DO PREVENTIVE

početna
pretraživanje

Google

priručnik

Bolesti
Simptomi

moje zdravlje

Žensko zdravlje
Muško zdravlje
Majka i dijete
Treća dob
Mladi

knjižnica

HZZO lijekovi
PLIVINI lijekovi
Leksikon

lijekovi

prehrana
fitness
seksualnost
vaša pitanja
chat
chat arhiva
newsletterpišite nam
impresum
priznanja
marketingPLIVAmед.net
PLIVA.hr

Objavljeno: 27.07.2007.

Zaštita od sunca - od kurative do preventive

Dolaskom ljetnih dana i pripremom za godišnje odmore uobičajeno raste interes za zaštitom od sunca. Nažalost, ovakav sporadičan i katkad površan interes, često vođen sezonskim marketinškim kampanjama, dugoročno gledano ne daje očekivane rezultate i ne pogoduje zaštitu našeg tijela.

[Sunce - potencijalna opasnost?](#)[Rizik od prekomjernog izlaganja sunčevom zračenju](#)["Pazi, sunce!"](#)[Ciljevi projekta](#)[Dugoročni rezultati projekta](#)

Iako pod pritiskom medija stječemo dojam da smo se uglavnom zaštitili od sunca ako tokom boravka na moru koristimo zaštitne kreme, dovodimo se u zabludu i ne primjećujemo da smo intenzivnom sunčevom zračenju izloženi i tijekom ostatka godine, a da pri tome ne činimo gotovo ništa.

Sunce - potencijalna opasnost?

Globalne promjene u atmosferi, posebno gubitak ozona, intenzivirali su štetno sunčevo UV zračenje koje se trenutačno kreće oko najviših izmjerenih vrijednosti od kada se takva mjerenja vrše (cca. zadnjih 30 godina!), a moderni stil života dodatno je povećao vrijeme izloženosti i kumulativnu dozu zračenja koju primamo.

Dodamo li tome sve prisutni imperativ boravka na otvorenom, bavljenja sportom, potenciranje estetike preplanule kože, modne trendove koji nameću ljepotu otkrivenog tijela, arhitekturu koja velikim staklenim plohamo briše granicu interijera i otvorenog prostora, vrijeme koje provodimo sunčajući se na plaži, samo je neznatni dio vremena u cjelokupnom godišnjem ciklusu u kojem akumuliramo efekte prekomjerne izloženosti UV zračenju.

Rizik od prekomjernog izlaganja sunčevom zračenju

Posljedice ovakvog stila života nisu odmah vidljive, ali kada se nakon desetak godina napravi uvid u nacionalnu statistiku incidencije kožnih oboljenja vezanih za prekomjerno izlaganje suncu, posebno raka kože, prekasno je za promjene i preostaje samo dugotrajno i mukotrno liječenje.

Zadnjih godina svjedoci smo pokretanja nacionalnih inicijativa u Republici Hrvatskoj za rano otkrivanje i liječenje određenih oblika raka kod rizičnih skupina, ali i nedostatka bilo kakve akcije za prevenciju zdravstveno neprihvatljivog ponašanja prilikom izlaganja suncu i umjetnim izvorima UV zračenja tj. solarijima.

Pojedine vrste raka napadaju određene skupine unutar populacije obzirom na dob, ponašanje, genetsku uvjetovanost i izloženost utjecajima okoline. Nasuprot tome, rizik oboljenja od raka kože uslijed prekomjerne izloženosti UV zračenju jednak je za cjelokupnu populaciju, a pogotovo djecu koja su najizloženija i najviše podložna trajnim oštećenjima organizma uslijed prekomjernog UV zračenja.

"Pazi, sunce!"

Izostankom sustavne prevencije ili edukacije o štetnosti UV zračenja i pravilnom načinu zaštite, Udruga Suncobran pokrenula je inicijativu za promociju zdravstveno prihvatljivog ponašanja pri izlaganju suncu i od prosinca 2006. godine vodi pilot akciju "Pazi, sunce!" na području Zagreba i Zagrebačke županije u suradnji sa Zavodom za javno zdravstvo Grada Zagreba.

Projekt je započeo 01. prosinca 2006. i traje do 30. rujna 2007. godine, te obuhvaća 800 - 1200 odgajatelja u predškolskim ustanovama i nastavnika razredne nastave od 1 - 4 razreda, kao edukatore i

Vrijeme koje provodimo sunčajući se na plaži, samo je neznatni dio vremena u cjelokupnom godišnjem ciklusu u kojem akumuliramo efekte prekomjerne izloženosti UV zračenju.

Dijete koje u dobi do 10 godina dva puta zadobije opekline od sunca, ima dvostruko veću šansu oboljeti od raka kože u kasnijoj životnoj dobi.

Udruga Suncobran pokrenula je inicijativu za promociju zdravstveno prihvatljivog ponašanja pri izlaganju suncu i od prosinca 2006. godine vodi pilot akciju "Pazi, sunce!" na području Zagreba i Zagrebačke županije u suradnji sa Zavodom za javno zdravstvo Grada Zagreba.

MojPosao

Magistar farmacije (m/ž)

Magistar farmacije (m/ž)

Farmaceutski tehničar (m/ž)

Upišite ključne riječi:

i pronađite posao

provoditelje projekta. Ciljna skupina je 86 000 djece predškolske i školske dobi do 10 godina starosti, te čitava lokalna zajednica Grada Zagreba i Zagrebačke županije. Projekt ima ambiciju prerastanja u nacionalni projekt u školskoj godini 2007/2008.

Projekt je usmjeren informiranju, senzibiliziranju i edukaciji djece predškolske i školske dobi o zaštiti i značaju zaštite od UV zračenja, te na taj način potiče na usvajanje zdravstveno prihvatljivog ponašanja prilikom izlaganja suncu.

Provodi se po obrascu educiranja edukatora, koji u svojim radnim sredinama (školama i predškolskim ustanovama) provode program neposredno sa ciljanom skupinom - djecom predškolske i školske dobi.

Radna skupina okuplja stručnjake Zavoda za javno zdravstvo Grada Zagreba, volontere Udruge kao i eminentne hrvatske zdravstvene djelatnike sa područja dermatologije, oftamologije, školske medicine, javnog zdravstva, zdravstvene ekologije, meteorologe i astronome.

Potporu projektu dali su Ministarstvo znanosti obrazovanja i športa, Ministarstvo zdravstva i socijalne skrbi, Gradski ured za obrazovanje, kulturu i šport i Zavod za javno zdravstvo Grada Zagreba.

Ciljevi projekta

Projekt "Pazi, sunce!" fokusira se na dva čimbenika povećanog rizika pojave raka kože i drugih degenerativnih promjena organizma, povezanih sa prekomjernim izlaganjem UV zračenju, a to su ljudsko ponašanje i utjecaj okoline.

Ukoliko zanemarimo genetsku predispoziciju, izlaganje suncu i umjetnim izvorima UV zračenja u prvih 20 godina života, najvećim dijelom determinira rizik pojave raka kože u kasnijoj životnoj dobi. Gotovo 2/3 dnevne doze UV zračenja apsorbira se u vremenu 10 - 16 sati. To je period u kojem su djeca uglavnom u predškolskim i školskim ustanovama, a količina ekspozicije isključivo ovisi o obrazovnom planu i programu, stečenim navikama odijevanja, osviještenosti, senzibilitetu i saznanjima pedagoga i odgajatelja o štetnosti prekomjernog izlaganja suncu.

Zato Pilot projekt započinje upravo u predškolskim i školskim ustanovama s edukacijom odgajatelja i nastavnika.

Dugoročni rezultati projekta

Kako je odabrana skupina profesionalno vezana za edukaciju s velikim potencijalom za komunikaciju, a posjeduje autoritet i kredibilitet kod djece i roditelja, uvjereni smo da će najnovija saznanja i vještine koje ovaj projekt promovira biti uobličene i prezentirane na primjeren način u lokalnim sredinama.

Temeljem zaključaka multidisciplinarnе radne skupine, uvažavajući svjetska iskustva uvjereni smo kako male i jednostavne promjene u odgojno-obrazovnom programu, životnim navikama i načinu odijevanja djece mogu znatno smanjiti rizik od pojave raka kože u kasnijoj životnoj dobi.

Jednom usvojeno i prihvaćeno znanje o pravilnom ponašanju prilikom boravaka na otvorenom, trajnog je karaktera i pridonosi izgradnji dugoročnih kapaciteta za usvajanje zdravstveno prihvatljivog ponašanja i kontinuirano suočavanje s tim problemom.

Smanjenjem učestalosti pojave raka kože i posljedične smrtnosti, utječe se na povećanje kvalitete života i radne sposobnosti stanovništva uz oslobađanje financijskih sredstava mobiliziranih za liječenje oboljelih i njihovo preusmjeravanje na druga područja čime krajnji korisnici postaju svi članovi lokalne zajednice, odnosno Republike Hrvatske.

Građani Republike Hrvatske trebaju biti upoznati sa rizicima prekomjerne izloženosti UV zračenju i preuzeti odgovornost za svoje zdravlje i zdravlje svoje djece. Pravilnim ponašanjem i odgovarajućom zaštitom, rizici trajnih oštećenja i pojave raka kože mogu se smanjiti na zdravstveno prihvatljivu razinu.

www.suncobran.hr

 POŠALJI

 PRINT

 KOMENTAR

[više o ovoj temi...](#)

Sunce i more - kako se zaštititi?

Sudeći po svakodnevnim temperaturama čini se kako je ljeto odavno stiglo. Sunce prži, živa na termometru raste. ... Većina je jedva dočekala blagotvorno djelovanje sunčevih zraka.

19.07.2007.

Sunce ubija 60000 ljudi godišnje

Podaci Svjetske zdravstvene organizacije (WHO) pokazuju kako svake godine u svijetu zbog pretjeranog izlaganja suncu umre 60000 ljudi.

27.07.2006.

Partneri



[O nama](#) | [Site Map](#) | [Važne pravne informacije](#)
Copyright © 2001-2007 PLIVAzdravlje d.o.o. Sva prava pridržana
Stranica obnovljena 29.07.2007.