

SOLÁRIÁ – informácia pre verejnosť

SOLÁRIÁ sú prístrojové zariadenia, ktoré sa používajú na kozmetické opaľovanie kože umelými zdrojmi ultrafialového žiarenia A s nepatrným podielom ultrafialového B žiarenia (ďalej UVA, resp. UVB žiarenie). Zdrojom UV žiarenia v soláriách sú UV žiarice („trubice“) s filtrami. Filtrami sa nastavuje pomer medzi UVA a UVB žiarením.

Solária podľa konštrukcie delíme na:

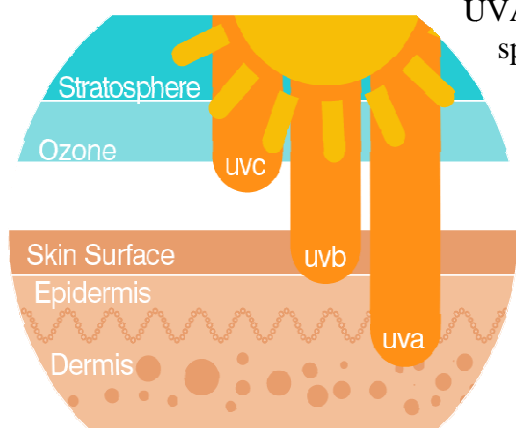


horizontálne



vertikálne

Rozdiel medzi UVA a UVB žiarením je v tom, že UVB žiarenie (280 nm – 320 nm) má o čosi kratšiu vlnovú dĺžku než UVA (320 nm – 400 nm) a teda nepreniká tak hlboko do pokožky. Obe typy žiarenia poškodzujú DNA v bunkách kože a sú zodpovedné za spálenie sa a vznik rakoviny.



UVA žiarenie: včasná pigmentácia kože, v extrémnych prípadoch spôsobuje aj erytém a fotokeratitídu (bolestivý očný zápal); preukázaný podiel na vzniku kožných nádorov, predčasné starnutie pokožky.

UVB žiarenie: neskorá pigmentácia kože, tvorba vitamínu D, reakcia pokožky na dávku UVB sa prejavuje aj spálením pokožky, tvorbou ochranného kožného mozola (zhrubnutá koža), karcinogénne účinky...

Negatívne účinky UV žiarenia

- ❖ UV žiarenie preniká pod kožu, kde vyvoláva tvorbu voľných radikálov (spôsobujú poškodenie a rýchlejšie starnutie kože), vzhľadom na skutočnosť, že koža má obmedzenú schopnosť regenerácie, môže pri neuváženej expozícii UV žiareniu dôjsť k trvalému poškodeniu buniek
- ❖ kožné defekty sa nemusia prejaviť okamžite, ale až po rokoch
- ❖ veľmi rizikové je nárazové a niekoľko násobné spálenie pokožky v detstve (aj slnkom), príp. v mladom veku, nakoľko tieto spálenia môžu po rokoch vyústiť až do malígneho (rakovinového) procesu
- ❖ malígna forma nádoru môže hroziť aj ľuďom, ktorí sa nespália, pokiaľ sú často vystavovaní slnečnému žiareniu, a ešte viac, ak ide o kombináciu s častým ožarovaním v soláriu

Podľa údajov medzinárodných vedeckých a odborných inštitúcií



(WHO a IARC – Medzinárodná agentúra pre výskum rakoviny):

- ❖ potvrdilo sa, že používanie solárií je významne nebezpečné z hľadiska vzniku rakoviny kože
- ❖ UV žiarenie je v najvyššej kategórii rizika vzniku rakoviny (je karcinogénne pre človeka, predtým bolo v kategórii pravdepodobne karcinogénne pre človeka)
- ❖ vedecké dôkazy o tom, že soláriá zapríčiňujú smrteľnú rakovinu kože, sa považujú za dostatočné a kompletne
- ❖ používanie solárií pred 30. rokom veku života súvisí so 75%-ným nárastom rizika melanómu kože
- ❖ v posledných rokoch bol zaznamenaný významný, 3-násobný nárast výskytu melanómu kože, hlavne u mladých žien
- ❖ štúdie poskytujú dostatok dôkazov o tom, že významnú úlohu u rakoviny kože zohráva používanie solárií spolu s nadmernou a neuváženou expozíciou na slnku, rakovinu kože spôsobuje dokonca aj UVA a nie iba UVB žiarenie.

Legislatíva

V Slovenskej republike je táto problematika z pohľadu ochrany verejného zdravia upravená vyhláškou MZ SR č. 554/2007 Z. z. o podrobnostiach o požiadavkách na zariadenia starostlivosti o ľudské telo, ktorá bola novelizovaná vyhláškou MZ SR č. 75/2014 Z. z. s účinnosťou od 1. mája 2014. Vypracovanie novely súviselo aj s nadobudnutím účinnosti európskej normy STN EN 60335-2-27 Elektrické spotrebiče pre domácnosť a na podobné účely. Bezpečnosť. Časť 2-27: Osobitné požiadavky na spotrebiče určené na ožarovanie pokožky ultrafialovým a infračerveným žiarením (36 1055) od marca 2011, ktorou sa sprísnil limit pre UV žiariče, ako aj všeobecné požiadavky na opaľovacie prístroje v soláriách.

Najvyšší prípustný čas opaľovania (určuje sa osobitne pre jednotlivé typy pokožky) nesmie viesť k prekročeniu limitov minimálnej erytemálnej účinnej prahovej dávky (Her) podľa typu pokožky, pričom žiariče nesmú vysielat' žiarenie s celkovou účinnou ožiarenosťou viac ako $0,3 \text{ W/m}^2$.

Miestne rozšírené typy pokožky:

Typ I – „Keltský typ“: nápadne svetlá pleť, pehy, hrdzavé vlasy, modré, zriedkavo hnedé oči, svetlé prsné bradavky: ťažké bolestivé spálenie, rýchlo sčervenie, zle sa oal'uje, šúpe sa, čas prvého opaľovania na slnku 5 min.– 10 min. Zo zdravotného hľadiska je opaľovanie nevhodné, preto sa neurčuje Her.

Typ II - „Európsky typ so svetlou pleťou“: trochu tmavšia pleť ako pri type I, blond až hnedé vlasy, modré, zelené, sivé oči, svetlé prsné bradavky: ťažké bolestivé spálenie, pleť sa len málo opáli, šúpe sa, čas prvého opaľovania na slnku 10 min. - 20 min.

Typ III - „Európsky typ s tmavou pleťou“: svetlá až svetlohnedá pleť, tmavoblond až hnedé vlasy, sivé, hnedé oči, tmavšie prsné bradavky: k spáleniu dochádza zriedka, je mierne, opálenie je priemerné, čas prvého opaľovania na slnku 20 min. - 30 min.

Typ IV - „Stredomorský typ“: svetlohnedá pleť, tmavé pehy, tmavohnedé vlasy, tmavé oči, tmavé prsné bradavky. K spáleniu nedochádza, opálenie je rýchle a hlboké. Čas prvého opaľovania na slnku 40 min.



Zdravotné kontraindikácie pre slnenie a solárium

- ❖ Albinizmus a bledý typ pokožky so zmnoženými materskými znamienkami
- ❖ Akékoľvek nádorové ochorenie kože alebo vnútorných orgánov (aj prekonané)
- ❖ Prejavy predchádzajúceho akútneho alebo chronického poškodenia kože UV žiarením
- ❖ Rozsiahlejšie zápalové ochorenia kože, menovite herpes (pásový i obyčajný)
- ❖ Alergie na slnečné žiarenie
- ❖ Solárny ekzém a iné ekzémy
- ❖ Solárna dermatitída
- ❖ Akékoľvek infekčné ochorenie (i prechladnutie)
- ❖ Katarakta a stavy po operácii očných šošoviek
- ❖ Gravidita
- ❖ Užívanie akýchkoľvek liekov a kozmetických prípravkov (vrátane líčidiel a parfémov)
- ❖ Neodporúča sa u osôb vo veku do 18 rokov
- ❖ Neodporúča sa osobám s pozitívnou rodinnou anamnézou na rakovinu kože
- ❖ Neodporúča sa osobám s fototypom pokožky I (keltský typ).

Rady pre opaľovanie v soláriu

Čas opaľovania závisí od typu pokožky, treba sa riadiť odporúčaniami pracovníkov solárií. Pri prvom použití solária má nasledovať min. 48 hodinová pauza, medzi ďalšími opaľovaniami musí byť pauza min. 24 hodín. Neopaľovať sa v ten deň aj na prirodzenom slnku, účinky UV žiarenia sa kumulujú.

Pred opaľovaním treba odstrániť z kože šperky a kozmetické prostriedky.

Po opaľovaní sa odporúča niekoľko hodín nespachovať, aby sa nenarušil proces pigmentácie.

Pri opaľovaní je potrebné použiť okuliare na ochranu zraku (špeciálne okuliare s UV filtrom, zatvorenie očí nestačí, lúče prenikajú aj cez viečka):



Zákazník musí byť pred použitím opaľovacieho prístroja upozornený na možné kontraindikácie a zdravotné riziká a poučený o spôsobe ochrany zdravia. Z hľadiska ochrany zdravia je potrebné dodržiavať stanovený čas opaľovania v závislosti na type jeho pokožky.

Spracoval: Ing. Katarína Minárechová, odd. HŽPaZ
V Galante dňa 21. 11. 2016