

Tisková zpráva

Chránit se před slunečním zářením je důležité vždy a všude. Opalovací přípravky přinesli světu nezávisle čtyři muži. Všichni byli lékárníci

Praha 2. července 2021

Slunce naší kůži prospívá v několika ohledech. Zlepšuje její odolnost a schopnost regenerace, zmenšuje mikrobiální osídlení povrchu, zvyšuje prokrvení pokožky a hladinu vitamínu D. Pokud však svou kůži vystavíme slunci na příliš dlouhou dobu, snadno se může spálit. Na vzniku poškození kůže se podílejí složky UV záření, které mohou v dlouhodobém horizontu způsobit i rakovinu kůže. Proto je nezbytné důsledně a správně používat opalovací přípravky a riziko poškození tak minimalizovat. Při výběru opalovacího přípravku je vhodné zohlednit nejen jeho SPF, ideální je poradit se s lékárníkem, který doporučí opalovací přípravek dle specifických požadavků konkrétního jedince – jak podle typu kůže, tak i například oblasti, kde se bude slunečnímu záření vystavovat.

Zůstáváte přes léto v tuzemsku? Mažte se stejně jako na zahraniční dovolené

Na dovolenou k moři si většina z nás opalovací přípravek přibalí, ale chránit se před spálením a rizikem vzniku rakoviny kůže je potřeba i v našich zeměpisných šířkách. Velmi snadno se můžeme spálit i při práci na zahradě či při pochůzkách po městě. „*Použití opalovacích přípravků s dostatečným ochranným faktorem odpovídajícím fototypu daného člověka by mělo být v letních měsících samozřejmostí i v České republice. A obzvláště letos kdy většina z nás nezískala během jara dostatečné množství pigmentu, může být kůže ke spálení ještě náchylnější,*“ zdůrazňuje důležitost ochrany před slunečním zářením **Mgr. Aleš Krebs, Ph.D., prezident České lékárnické komory (ČLnK)**. Kromě použití opalovacího přípravku je vhodné chránit se před slunečním zářením také pokrývkou hlavy a krku, nosit brýle s kvalitním UV filtrem. Mezi 10–15 hodinou je vhodné zdržovat se ve stínu.

Používání přípravků s ochranným faktorem je důležité i jako prevence proti melanomu, velmi agresivnímu druhu rakoviny, který napadá celý organismus.

Čtyřčlenná rodina potřebuje denně zhruba 100-120 ml opalovacího přípravku

Aplikaci přípravku s ochranou proti UVA i UVB je nezbytné opakovat několikrát denně. Lidé často podceňují množství přípravku. „*Pro dostatečnou ochranu je potřeba po těle rozetřít množství přípravku o objemu šesti kávových lžiček (cca 30 ml), na obličej pak zhruba jednu kávovou lžičku (cca 5 ml). Pokud plánujete rodinnou dovolenou, je potřeba počítat s tím, že čtyřčlenná rodina potřebuje denně zhruba 100-120 ml opalovacího přípravku,*“ upozorňuje **Mgr. Aleš Krebs, Ph.D.**

Slunění a léky? Pozor si dejte zejména na masti a gely používané k samoléčbě

Kromě ochrany před možným spálením kůže je potřeba také myslet na to, jaké léky v současné době užíváme. Doporučení lékárníka „*neslunit se*“ slýchávají pacienti například při výdeji některých antibiotik, protizánětlivých léků, ale i mastí či gelů proti bolesti a zánětu, které lidé běžně používají k samoléčbě. „*V letních měsících lékárníci pacienti často upozorňují na to, že by se při užití některých léků neměli vystavovat slunečnímu záření. Obecně se jedná o léky podané vnitřně (tablety, injekce, čípky atd.), ale i lokálně (masti, gely, spreje atd.). Slunění se nedoporučuje ani v místě aplikace náplasti s účinnou*



látkou prostupující přes kůži. Pokud si pacient není jistý, vždy je vhodnější předem možnost slunění při užití léku konzultovat se svým lékárníkem, než řešit nepříjemné následky fotosenzitivní reakce," upozorňuje **viceprezident ČLnK PharmDr. Martin Kopecký, Ph.D.**

Opalovací přípravky používá svět už téměř jedno století. Za jeho objevení vděčí lékárníkům

Přípravky na ochranu pokožky před sluncem používali lidé už v raných civilizacích. Staří Řekové používali například olivový olej, dávní Egypťané výtažky z mladých rostlin rýže, jasmínu a vličího bobu. Úplně první syntetická ochrana před slunečním zářením byla představena ve Spojených státech amerických teprve na konci dvacátých let 20. století. První moderní produkty na ochranu před spáleninami ze slunečního záření se na trhu prosadily zhruba o deset let později. Za jejich objevitele jsou považováni čtyři muži. Všichni byli lékárníci.

Jmenovitě se jedná o lékárníka Milтона Blaka (sám se podepisoval H. A. Milton) z Adelaide v jižní Austrálii, který v roce 1932, téměř po deseti letech od zahájení experimentů, uvedl na trh první komerční opalovací přípravek Hamilton Sunscreen. Čtyři roky po australském prvenství představil v Evropě svůj „opalovací“ přípravek také francouzský lékárník z Alsaska Eugene Schueller. První masivně užívaný přípravek na ochranu proti slunečnímu záření byl červený lepkavý gel Red Vet Pet (červená veterinární vazelína), který americké armádě nabídl v roce 1944 floridský lékárník a letecký dopravce Benjamin Green. Po zahájení studia farmacie se do výroby účinného opalovacího přípravku pustil také Franz Greiter z tyrolských Alp. Začal jej prodávat v roce 1946, rok po ukončení studia na univerzitě. Franz Graiter přispěl k vývoji opalovacích přípravků ještě jednou, a to v roce 1962, kdy navrhl systém hodnocení ochrany před sluncem. Systém, který je dodnes používán jako celosvětový standard pro měření účinnosti ochrany opalovacího přípravku (SPF), Graiter představil v roce 1974.

Česká lékárnická komora je samosprávná nepolitická stavovská organizace sdružující lékárníky. Byla zřízena zákonem ČNR č. 220/1991 Sb., o České lékařské komoře, České stomatologické komoře a České lékárnické komoře. Její ustavující sjezd se uskutečnil 28. - 29. září 1991.

Česká lékárnická komora dbá, aby její členové vykonávali své povolání odborně, v souladu s jeho etikou a způsobem stanoveným zákony a řády komory. Zaručuje odbornost svých členů a potvrzuje splnění podmínek k výkonu lékárnického povolání. Posuzuje a hájí práva a profesní zájmy svých členů, stejně tak chrání jejich profesní čest.

Pro další informace:

Mgr. Aleš Krebs, Ph.D., prezident ČLnK:

+420 603 796 826, krebs@lekarnici.cz

PharmDr. Martin Kopecký, Ph.D., viceprezident ČLnK:

+420 604 344 754, kopeccky@lekarnici.cz

Mgr. Michaela Bažantová, tisková mluvčí ČLnK:

+420 776 365 213, bazantova@lekarnici.cz

www.lekarnici.cz

Váš lékárník – rádce ve zdraví i nemoci

