

## Fræðsluátakið "Hættan er ljós": Varað við því að fermingarbörn fari í ljós

Í dagblöðunum í morgun birtist auglýsing frá Geislavörnum ríkisins, Landlæknisembættinu, Krabbameinsfélaginu og Félagi íslenskra húðlækna þar sem varað er við því að fermingarbörn fari í ljós. Sagt er í auglýsingunni að brúnn húðlitur eftir ljósabekki og sólboð geti verið merki um skemmdir í húðinni sem leiða til ótímabærrar öldrunar húðarinnar og jafnvel húðkrabbameins. Jafnframt kemur fram að Alþjóðaheilbrigðismálastofnunin og fleiri hafi ráðlagt þeim sem eru yngri en 18 ára að fara ekki í ljósabekki. Í lok auglýsingarinnar eru foreldrar og forráðamenn fermingarbarna eindregið hvattir til að hafa þetta í huga.

Samkvæmt upplýsingum frá Krabbameinsskrá Krabbameinsfélagsins greinast að meðaltali 45 manns á ári með sortuæxli í húð, 45 með önnur húðæxli og um 170 manns með svonefnd grunnfrumuæxli í húð. Yngstu sjúklingarnir eru á tvítugsaldri. Tíðni húðæxla í heild hefur tvöfaldast á síðustu tíu árum. Sortuæxlum hefur fjölgað mest, en þau eru alvarlegasta tegund húðkrabbameins og algengasta krabbameinið hjá konum á aldrinum 15-34 ára.

Mikilvægt er að fara til læknis ef fram koma breytingar á húð eins og blettir sem stækka, eru mislitir eða ójafnir að lögun, og sár sem ekki gróa. Á flestum heilsugæslustöðvum og í mörgum apótekum er hægt að fá fræðslurit um húðkrabbamein. Húðlæknar stefna að því að bjóða ókeypis blettaskoðun í maí, og verður það tilkynnt nánar síðar.

### Vefsíður:

Cutis, vefur um húðlækningar og rannsóknir á húðsjúkdómum.

[www.cutis.is](http://www.cutis.is)

Geislavarnir ríkisins.

[www.geislavarnir.is](http://www.geislavarnir.is)

Krabbameinsfélagið.

Upplýsingasíða um húðkrabbamein.

<http://www.krabb.is/190.htm>

Krabbameinsfélagið.

Húðkrabbamein og fæðingarblettir. Fræðslurit.

<http://www.krabb.is/pdf/frithudk.pdf>

Landlæknisembættið.

Spurningar og svör um húðina, sól og húðkrabbamein.

<http://www.landlaeknir.is/template1.asp?PageID=305>

### Fréttir:

Tuttugu mínútur í ljósum jafngilda fjórum klukkustundum í sólbaði. BBC, 22. september 2003.

<http://news.bbc.co.uk/1/hi/health/3128466.stm>

Breska læknafélagið varar fólk við að fara í ljós. BBC, 10. apríl 2003.

<http://news.bbc.co.uk/2/hi/health/2935875.stm>

Lítið eftirlit með sólbaðsstofum. Aftonbladet, 30. mars 2003.

<http://www.aftonbladet.se/vss/nyheter/story/0,2789,283923,00.html>

Ljósabekkir auka hættu á krabbameini. BBC, 6. febrúar 2002.

<http://news.bbc.co.uk/1/hi/health/1803105.stm>