

Debattartikel i Aftonbladet 2009-11-24

Solskydds-tillverkarna sponsrar larmrapporter

Solariebranschen: Vi behöver sola för att må bra

I veckan fick vi veta att antalet fall av malignt melanom har ökat med 50 procent de senaste 10 åren.

Undersökningen kommer från Uppsala-Örebro sjukvårdsregion och resultaten kommer att redovisas närmare på den medicinska riksstämman som börjar idag på Stockholmsmässan.

Ökningen beror sannolikt på befolkningens förändrade solvanor men det är inte hur länge man är i solen som är avgörande utan det är huruvida man bränner sig eller inte. Därför är det personer som inte vistas naturligt i solen och som bränner sig på semestern som oftast får hudcancer.

Under lång tid har vi fått höra att det inte är nyttigt att sola. Man ska inte vistas för länge i solen, solskyddsfaktor är ett måste och solariesolning är rent ut sagt farligt. Men nu visar allt fler forskningsrapporter på motsatsen. Solning gör dig snarare gott och kan faktiskt motverka flera cancerformer så länge du solar med måtta och inte bränner dig. Det beror på den livsviktiga vitaminen D. Den som följer föreskrifter för solning i solarier eller rekommendationer för vistelse i vanlig sol bränner sig heller inte.

Omkring 75 procent av det D-vitamin vi får i oss produceras då vår hud utsätts för solstrålar och utan sol får vi för lite D-vitamin. Därför är vi på de nordiska breddgraderna extra utsatta, speciellt under vinterhalvåret. Det är ingen tillfällighet att bensörhet, Osteoporos, är ett stort problem i Skandinavien eftersom bensörhet och brist på D-vitamin hänger ihop.

Nyligen fick vi också veta att många somaliska barn som bor i Sverige utvecklar autism på grund av D-vitaminbrist till följd av för lite solljus. Solning i rätt mängd kan alltså ha väldigt positiva effekter på människors hälsa. Och det här gäller vanlig solning såväl som solariesolning. Mätningar från Statens Provningsanstalt visar nämligen att den Svenska solariebranschens rör har de våglängder som behövs för att producera D-vitamin. Solning i solarier kan dessutom vara bra mot hudåkommor såsom exempelvis psoriasis, atopiskt eksem och acne. D-vitamin har även visat sig ha positiva lindrande effekter mot vissa psykiska sjukdomar.

Men trots att de nya forskningsrapporterna som presenteras krossar de flesta fördomar vi har om solning så envisas gamla rykten med att hänga kvar. Häromdagen valde gymkedjan SATS att ta bort sina solarier baserat på just sådana misstolkade fakta.

Det är främst ett resultat från International Agency of Research on Cancer, som sponsras av solkrämstillverkare som Estee Lauder och Loreal. IARC har genom effektivt lobbyarbete lyckats föra upp solarier på WHO:s lista över cancerframkallande ämnen. Sedan tidigare fanns redan den riktiga solen på den listan. Övriga ämnen på samma lista är till exempel rött vin, sill och asbest. Att IARC väljer att jämföra solarieisolning med just asbest och inte med sill kanske inte är så konstigt eftersom deras finansierare lever på användningen av solskyddsfaktor.

Även om antalet fall av hudcancer ökar kan vi vara positiva till att cirka 85 procent av alla patienter med malignt melanom i huden botas. Men självklart räcker inte det. Vi måste gemensamt få ner antalet personer som drabbas över huvud taget. Vi på Svensk Solarieförening tror att vi når dit genom information till människor som bygger på riktigt forskning och inte genom att skrämman människor genom populistiska lobbyrapporter utan vetenskaplig förankring.

Tittar vi istället på trovärdig forskning kan vi få veta att dödligheten i cancer generellt skulle minska med 30 procent om kroppen fick tillräckligt med D-vitamin. Och samtidigt som hudcancer blir vanligare bland svenskarna finns det flera andra cancerformer som blir mer sällsynta, exempel på sådan är njurcancer men även Sveriges vanligaste cancer, prostatacancer drabbar färre.

Därför ska vi inte skrämman bort människor från solen, men däremot ska vi ge råd och tips på hur man solar rätt.

Vi råder till exempel alla under 18 år till att vara extra försiktiga i solen eftersom deras hud är mer känslig än äldres. Dessutom råder vi alla att bara sola i för svenska förhållanden godkända solarier. Dessa är mycket svagare än solarier i utlandet vilket minskar risken för att bränna sig. Tilläggs bör också att alla larmrapporter som görs om solarieisolning bygger på de starka solarier som finns utomlands och inte de som vi har här i Sverige. För att mäta effekterna av svenskars solarieisolning krävs alltså en svensk undersökning.

Vi är oroade över att alltför många spenderar för mycket tid på att skrämman iväg svenskarna från solen. Genom en skrämmedebatt riskerar vi att skjuta över målet. Vi är alla överens om att för mycket sol är skadligt men att vi samtidigt behöver vistas i solen för att må bra och motverka vissa sjukdomar.

Ingvar Andersson
Roland Laurent
Jean Nörsgaard
Stefan Fullmestad





Box 22307
104 22 Stockholm
Klara Norra Kyrkogata 31
Tel: 08-440 11 70
Fax: 08-440 11 71
E-post: peter.bergh@sinf.se
Internet: www.solarie.com

2009-11-24

I förra veckan beslutade gymkedjan SATS att ta bort solarier från sina träningsanläggningar. Deras beslut grundar sig på att Världshälsoorganisationen i somras slog fast att UV-strålning i solarier är cancerframkallande.

De som har sett till att solariesol har hamnat på WHO:s lista över cancerframkallande ämnen är organisationen International Agency of Research on Cancer. IARC:s forskare sponsras av solkrämstillverkare som Estee Lauder och L'Oréal som bland annat säljer solskyddsfaktorer, vilket innebär att de faktiskt ökar sin försäljning varje gång IARC presenterar rapporter om cancer. IARC är alltså snarare en lobbyorganisation än en oberoende forskningsorganisation.

Då det den senaste tiden har cirkulerat felaktig information om solariesolning och hudcancer i media, presenterat av IARC, skulle vi på Svensk Solarieförening vilja ge en riktig och saklig information, som ni kan och bör ha till grund för era framtida beslut om solariesolning på era anläggningar.

1. Solarier och asbest

På WHO:s lista över cancerframkallande ämnen hittar man förutom solariesolning även den riktiga solen, rött vin, sill och asbest. Att både IARC och media väljer att jämföra solariesolning med just asbest är tyvärr inte så förvånande. Men att WHO låter sig påverkas av en högst tveksam rapport från IARC är det däremot. Särskilt som alltför många forskningsrapporter visar på motsatsen, att solning faktiskt kan motverka flera cancerformer så länge du solar med måtta och inte bränner dig.

2. Sol är bra för hälsan

Vi är beroende av sol och det beror på den livsviktiga vitaminen D. Omkring 75 procent av det D-vitamin vi får i oss produceras då vår hud utsätts för solstrålar och utan sol får vi för lite D-vitamin. Därför är vi på de nordiska breddgraderna extra utsatta, speciellt under vinterhalvåret. Nyligen fick vi också veta att många somaliska barn utvecklar autism på grund av D-vitaminbrist till följd av för lite solljus.

3. Även solariesol är nyttigt

Solning i rätt mängd kan alltså ha väldigt positiva effekter på människors hälsa. Bland annat kommer skidåkaren Björn Ferry att sola solarium i vinter för att hålla sig fri från förkylningar och många solar solarium för att minska hudbesvär som till exempel psoriasis och acne. Och det här gäller vanlig solning såväl som solariesolning. Mätningar från Statens Provvningsanstalt visar nämligen att den Svenska solariebranschens rör har de våglängder som behövs för att producera D-vitamin.

Vi på Svensk Solarieförening ser fram mot att berätta mer!

Med vänlig hälsning

Peter Bergh
Branschansvarig, Svensk Solarieförening
Mobiltelefon: 0708-56 99 69

Brev från Svensk Solarieförening 2009-11-24

I rapporten "Artificial UV Radiation and Skin Cancer" från The International Agency for Research on Cancer (IARC) påstås att solariesolning i unga år ökar risken för hudcancer senare i livet. IARC är sponsrat av kosmetikaindustrin som varje år tjänar stora pengar på solskyddskrämer.

En internationell forskargrupp har dock avfärdat påståendet som falskt och vilseledande. Och de har stöd i en EU-finansierad studie som inte fann något som helst samband mellan solariesolning och hudcancer.

IARC:s rapport vill göra gällande att "användandet av solarier före 35 års ålder ökar risken att få hudcancer (melanom) med 75 %". Organisationen Sunlight Research Forum (SRF) lät ett antal internationellt välkända forskare titta närmare på studien. Efter deras granskning avfärdar SRF studien som "spurious" (enligt ordboken "falsk, oäkta, förfalskad, hycklad").

Enligt en av forskarna, dr Frank de Gruilj vid Institutionen för Dermatologi (läran om huden och dess sjukdomar) vid center för medicin vid Leidens Universitet i Holland, går det inte att bestämma om hudcancer beror på sol ute eller sol inne.

Andra forskare har dessutom hävdad att negativa solråd i sig riskerar att öka antalet cancerfall, då solen är vår viktigaste källa till D-vitamin, vilket i sin tur är det viktigaste skyddet mot cancer i allmänhet. Och solarier är lika bra på att generera D-vitamin som "naturlig" sol.

Inget samband mellan solarier och hudcancer

Ad Brand, som leder SRF, säger vidare att IARC helt utelämnade en viktig europeisk studie.

Några korta fakta ur och om studien som IARC ignorerade:

- Studien finansierades av EU och genomfördes av Luxembourg Health Institute.
- Studien gäller solariesolning och risken att utveckla melanom hos 18 – 49 åringar.
- Studien behandlade 622 fall av melanom och patienternas exponering i solarier och i naturlig sol.
- Kontrollgruppen utgjordes av 649 personer i sex europeiska länder.
- Nivån vad gäller solning var högre än i någon tidigare studie i samma ämne.
- Ingen koppling hittades mellan melanom och solarier.
- Ingen koppling hittades mellan spenderad tid i solarier och risken att utveckla melanom. Detta oavsett om personerna hade solat mycket eller litet i solarium.
- Ingen koppling hittades mellan solariesolning före 19 års ålder och melanom senare i livet.
- Ingen koppling hittades mellan högt användande av solarium och melanom.

– Solarier erbjuder alltså inte bara ett kontrollerat sätt att bli brun, utan kan även förhindra D-vitaminbrist, tillägger Christina Lorenz, ordförande i European Sunlight Association (ESA). Hon fortsätter:

– I ett solarium kan du få ett individuellt program som tar hänsyn till din hudtyp, soltid med mera så att du blir brun, inte bränd.

Oavsett om du solar inne i solarium eller ute i solen ska du givetvis undvika att bli bränd.

Fakta om D-vitamin (mer information hittar du i relaterat material)

- Enligt ett flertal forskarrapporter från världen över (se relaterat material) har D-vitamin en starkt förebyggande effekt på cancer, hjärt/kärlsjukdomar, benskörhet.

Dessutom stärker D-vitamin immunförsvaret.

- 90 % av vårt D-vitamin bildas av huden när den utsätts för UV-ljus.
- Det spelar ingen roll om UV-ljuset kommer från ett solarium eller från solen.

Fakta och källa till studien

Du kan ladda ner en sammanfattning av studien, "Johan Moan, Zoya Lagunova, Emanuela Cicarma, Lage Aksnes, Arne Dahlback, William B. Grant, Alina Carmen Porojnicu: Sunbeds as Vitamin D Sources" på www.sunlightresearchforum.eu.



Pressmeddelande

Den vetenskapliga rådgivande kommittén för det nederländska hälsoministeriet uttalar sig om måttlig användning av solarier

Veldhoven, 11 december 2009 (SRF) – Enligt ett ställningstagande av den vetenskapliga rådgivande kommittén för det nederländska hälsoministeriet (Dutch Health Council) talar ingenting emot att måttligt sola utomhus eller i solarier. I sitt meddelande till det nederländska ministeriet som ansvarar för hälsa och konsumentskydd skriver den vetenskapliga kommittén att det är omöjligt att med säkerhet konstatera ett samband mellan användningen av solarier och en ökad risk för hudcancer. Därtill yttrar hälsorådet starka förbehåll mot den Internationella cancerforskningsorganisationens (IARC) nya beslut att inordna UV-strålning och solarier i cancerrikkategori ett. De vetenskapliga beläggen för detta är inte tillräckliga. Vetenskapsmännen i den ansedda kommittén lyfter i sitt uttalande dessutom fram de positiva effekterna som uppstår när den mänskliga kroppen får tillräckligt mycket D-vitamin, vilket till över 90 % bildas i huden vid stimulering av UV-strålning.

”Det är ett väldigt positivt tecken att en så pass ansedd institution som *Dutch Health Council* bara tar objektiva kontrollerbara kriterier i beaktande när de utvärderar solandet och att de drar välavvägda slutsatser”, kommenterar Ad Brand från Sunlight Research Forum (SRF) den vetenskapliga kommitténs uttalande.

Dutch Health Council är den viktigaste vetenskapliga rådgivande kommittén inom hälsa i Nederländerna. Deras studier, ställningstaganden och rekommendationer bildar innehållsmässigt ofta grund till lagstiftningsförslag.

Sunlight Research Forum (SRF) är en ideell organisation med säte i Nederländerna. Deras mål är att göra de senaste medicinska och vetenskapliga rönen kring effekter av måttlig UV-strålning på människan tillgängliga för allmänheten.

Hänvisningar:

- Uttalandet “Advisory letter UV radiation and sunbeds” av det nederländska hälsorådet kan laddas ner från SRFs webbsida www.sunlightresearchforum.eu.
- Mer information om det nederländska hälsorådet finns på www.gezondheidsraad.nl/en.

Mediakontakt:

Ad Brand

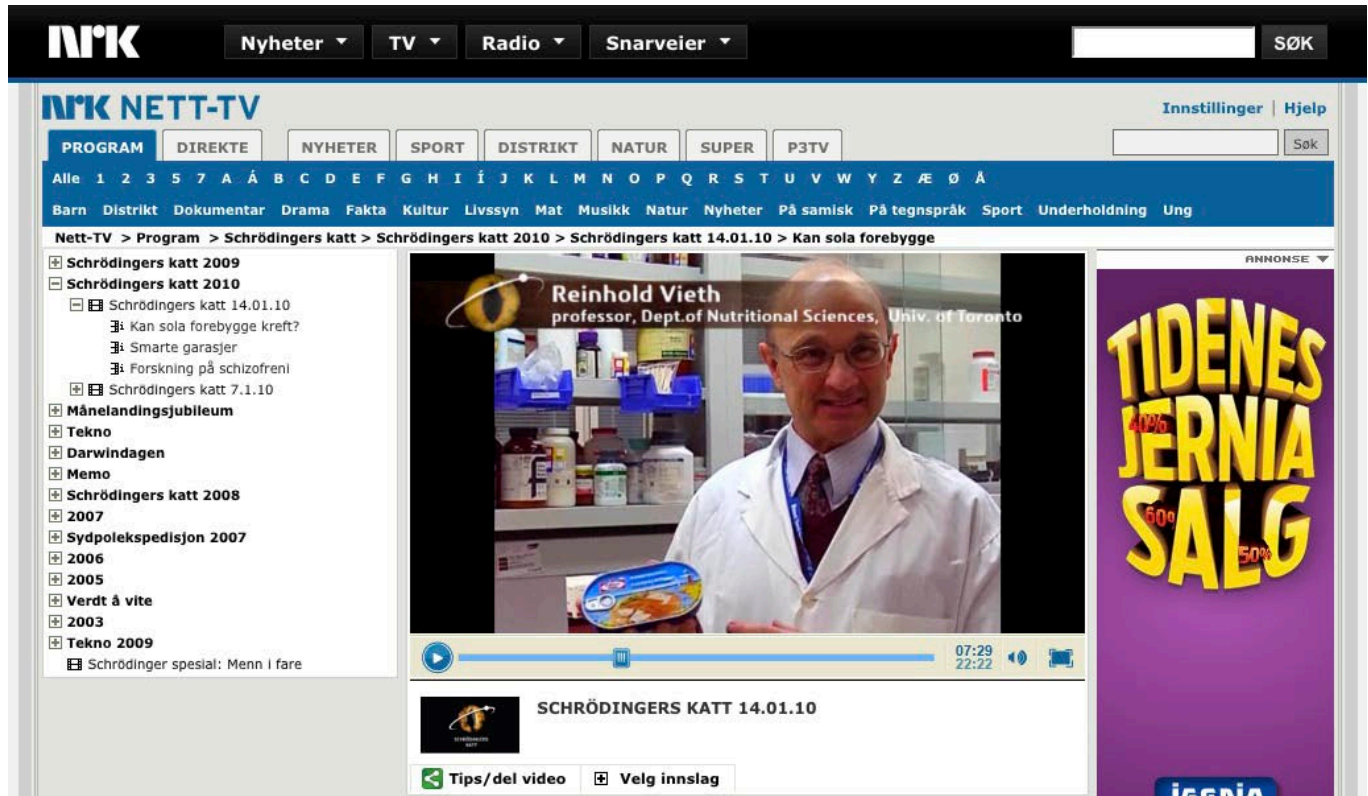
Sunlight Research Forum (SRF)

Tel.: +31 (0) 651 358 180

info@sunlightresearchforum.eu

www.sunlightresearchforum.eu

NRK 2010-01-10



The screenshot shows the NRK Nett-TV website interface. At the top, there is a navigation bar with the NRK logo and menu items: Nyheter, TV, Radio, and Snarveier. Below this is a search bar and a 'SØK' button. The main content area is titled 'NRK NETT-TV' and includes a 'PROGRAM' tab and a 'DIREKTE' tab. A navigation menu lists various categories: NYHETER, SPORT, DISTRIKT, NATUR, SUPER, and P3TV. Below this is a search bar and a 'Søk' button. The main content area displays a video player for 'Schrödingers katt 14.01.10' featuring Reinhold Vieth, professor at the University of Toronto. The video player shows a man in a white lab coat holding a box of Jernia. The video title is 'Schrödingers katt 14.01.10 > Kan sola forebygge'. The video player includes a play button, a progress bar, and a timestamp of 07:29 / 22:22. To the right of the video player is an advertisement for 'TIDENES JERNIA SALG' with a 50% discount. Below the video player, there is a 'SCHRÖDINGERS KATT 14.01.10' section with a 'Tips/del video' button and a 'Velg innslag' button.

Kan sol forhindre cancer?

Den frågan tas upp i det populära norska TV-programmet Schrödingers katt. Bland annat slår den kände läkaren och forskaren Reinhold Viet, professor vid universitetet i Toronto, fast sambandet mellan solexponering och D-vitamin.

Se på: <http://www1.nrk.no/nett-tv/indeks/197528>



Box 22307
104 22 Stockholm
Klara Norra Kyrkogata 31
Tel: 08-440 11 70
E-post: peter.bergh@sinf.se
Internet: www.solarie.com

Bristande information från Strålskyddsmyndigheten

Strålsäkerhetsmyndigheten har i dagarna gått ut med en uppmaning till Sveriges samtliga kommuner om att ta bort möjligheten att sola solarium på era simhallar, fritids- gym- och sportanläggningar. Nyligen beslutade också gymkedjan SATS att ta bort solarier från sina träningsanläggningar. Detta trots att det inte finns någon forskning som bevisar att solariesolning är skadligt.

SATS beslut och Strålsäkerhetsmyndighetens uppmaning grundar sig på att Världshälsoorganisationen i somras slog fast att UV-strålning i solarier är cancerframkallande.

De som har sett till att solariesol har hamnat på WHO:s lista över cancerframkallande ämnen är organisationen International Agency of Research on Cancer. IARC:s forskare sponsras av solkrämstillverkare som L'Oréal och Estee Lauder som bland annat säljer solskyddskrämer, vilket innebär att de faktiskt ökar sin försäljning varje gång IARC presenterar rapporter om hudcancer. IARC är alltså snarare en lobbyorganisation än en oberoende forskningsorganisation.

Den senaste tiden har det cirkulerat felaktig information i media som enbart bygger på IARC:s rapporter om solariesolning och hudcancer. Därför vill vi på Svensk Solarieförening ge Sveriges kommuner och idrottsförvaltningar en riktig och saklig information som Ni kan och bör ha till grund inför eventuella framtida beslut om solariesolning på era anläggningar.

1. Solarier och asbest

På WHO:s lista över cancerframkallande ämnen hittar man förutom solariesolning även den riktiga solen, rött vin, sill och asbest. Att både IARC och media väljer att jämföra solariesolning med just asbest är tyvärr inte så förvånande. Men att WHO låter sig påverkas av en högst tveksam rapport från IARC är det däremot. Särskilt som alltför många forskningsrapporter visar på motsatsen, att solning faktiskt kan motverka de flesta cancerformer så länge du solar med måtta och inte bränner dig.

2. Sol är bra för hälsan

Vi är beroende av sol och det beror på den livsviktiga vitaminen D. Omkring 75 procent av det D-vitamin vi får i oss produceras då vår hud exponeras för solstrålar och utan sol får vi för lite D-vitamin. Därför är vi på de nordiska breddgraderna extra utsatta, speciellt under vinterhalvåret. Forskningen visar att en ökning av D-vitamin i kroppen kan minska risken för cancer med över 50 procent beroende på cancerform.

3. Även solariesol är nyttigt

Solning i rätt mängd kan alltså ha väldigt positiva effekter på människors hälsa. Bland annat kommer skidåkaren Björn Ferry att sola solarium i vinter för att hålla sig fri från förkylningar. Många solar solarium för att minska hudbesvär som till exempel psoriasis och acne. Och det här gäller vanlig solning såväl som solariesolning. Mätningar från Statens Provningsanstalt visar nämligen att den Svenska solariebranschens rör har de våglängder som behövs för att producera D-vitamin.

Det vore både olyckligt och direkt fel om beslut om att ta bort solarier från era idrottsanläggningar fattades på grundval av tidningskrivare och IARC:s rapport som en stor del av forskarens inom D-vitamin och cancer klassat som vilseledande och lögnaktig. Att sola är positivt för folkhälsan.

Vi på Svensk Solarieförening träffar gärna Er för att berätta mer, hör gärna av Er till oss så bokar vi in en tid!

Stockholm den 19 januari

Peter Bergh
Branschansvarig / Svensk Solarieförening

Öppet brev från SSF i tidningen Badmästaren nr 1 2010

22 januari 2010

Solning för hälsans skull

Under lång tid har vi fått höra att det inte är nyttigt att sola. Framför allt har risken för hudcancer uppmärksamats. Men nya rapporter visar att det inte stämmer. Forskare som tidigare försökt bevisa att överdrivet solande, framför allt i solarier, är hälsofarligt har nu ändrat sig. Deras egen forskning har gett resultatet att det är bristen på sol som är hälsorisk, inte solandet.

När vi vistas i solen bildas det D-vitamin i huden. Men det är inte bara det naturliga solljuset som ger dessa effekter. Mätningar från Statens Provningsanstalt visar att den Svenska solariebranschens rör har de våglängder som behövs för att producera det livsviktiga D-vitaminet som hjälper till att förebygga en rad sjukdomar, till exempel cancer. Forskningen visar att en ökning av D-vitamin i kroppen kan minska risken för cancer med över 50 procent beroende på cancerform.

Konsekvensen av de nya uppgifterna har bland annat inneburit att Amerikanska Cancersällskapet, ACS, har ändrat sina solråd. Dessutom är det fler och fler som väljer att sola solarium för hälsans skull. Till exempel solar skidåkaren Björn Ferry solarium i vinter för att hålla sig fri från förkylningar och många solar solarium för att minska hudbesvär som till exempel psoriasis, atopiskt eksem och acne.

Omkring 75 procent av det D-vitamin vi får i oss produceras då vår hud utsätts för solstrålar och utan sol får vi för lite D-vitamin. Därför är vi på de nordiska breddgraderna extra utsatta, speciellt under vinterhalvåret. Det är ingen tillfällighet att benskörhet, Osteoporos, är ett stort problem i Skandinavien eftersom benskörhet och brist på D-vitamin hänger ihop. Nyligen fick vi också veta att många somaliska barn utvecklar autism på grund av D-vitaminbrist till följd av för lite solljus. Solning i rätt mängd kan alltså ha väldigt positiva effekter på människors hälsa. Och det här gäller vanlig solning såväl som solarieisolning.

Men trots att nya forskningsrapporter krossar de flesta fördomar vi har om solning så har Strålsäkerhetsmyndigheten gått ut med en uppmaning till Sveriges samtliga kommuner om att ta bort möjligheten att sola solarium på simhallar, fritids- gym- och sportanläggningar. Nyligen beslutade också gymkedjan SATS att ta bort solarier från sina träningsanläggningar. Detta trots att det inte finns någon forskning som bevisar att solarieisolning är skadligt.

Strålsäkerhetsmyndighetens uppmaning och SATS beslut grundar sig på att Världshälsoorganisationen i somras slog fast att UV-strålning i solarier är cancerframkallande.

De som har sett till att solarieisol har hamnat på WHO:s lista över cancerframkallande ämnen är organisationen International Agency of Research on Cancer. IARC:s forskare sponsras av solkrämstillverkare som L'Oréal och Estee Lauder som bland annat säljer solskyddskrämer, vilket innebär att de faktiskt ökar sin försäljning varje gång IARC presenterar larmrapporter om hudcancer. IARC är alltså snarare en lobbyorganisation än en oberoende forskningsorganisation.



Efter att IARC publicerat sin rapport har en internationell forskargrupp avfärdat deras slutsatser som falska och vilseledande. Som stöd la de fram en EU-finansierad studie där man inte fann något som helst samband mellan solarieisolning och hudcancer. Även hälsomyndigheter har förkastat rapporten, till exempel den Holländska.

Men i Sverige har Strålsäkerhetsmyndigheten valt en helt egen väg. De anser att all form av solning är farligt och har till och med tagit fram en rapport med riktlinjer till kommunerna för hur de ska bygga om skolgårdar med stora solskydd så att barnen ska få så lite sol som möjligt under rasterna. Detta är förstas starkt överdrivet. De flesta kan räkna ut att vi mår bra av att vistas ute i solen och att vi gärna ska vara ute mer än några minuter per dag. Sverige är betydligt mycket solfattigare än de flesta andra länder i världen, vilket också syns i sjukdomsstatistiken. Vi ska ta vara på den sol som erbjuds. Alla människor behöver sol; även vi svenskar.

Exemplet med skolgårdarna visar tydligt hur Strålsäkerhetsmyndigheten missat att ta helhetsansvar kring hur människokroppen påverkas av solen. Sol är faktiskt nyttigt, både den man får i utomhusmiljö och den man får genom solarier.

Istället visar forskningen att det inte är hur länge man är i solen som är avgörande för risken för hudcancer utan det beror på om man bränner sig eller inte. Därför är det personer som inte vistas naturligt i solen och som bränner sig på semestern som oftast får hudcancer. Solar man i ett solarium som har godkända och lagliga rör samt följer rekommendationerna för sin hudtyp så bränner man sig inte. Därför är det fler som bränner sig i den vanliga solen än i ett solarium. Exempelvis två veckor i Thailand kan jämföras med 250 solarieisolningar i Sverige. Och enligt Cancerfonden är hudcancer vanligare bland ljusa människor ju närmare ekvatorn de bor.

Hela 85 procent av alla patienter med malignt melanom i huden botas. Men självklart räcker inte det. Vi måste gemensamt få ner antalet personer som drabbas över huvud taget. Vi på Svensk Solarieförening tror att vi når dit genom information till människor som bygger på riktigt forskning och inte genom att skrämman människor genom populistiska lobbyrapporter utan vetenskaplig förankring. Det handlar om att sola rätt så att man får tillräckligt med D-vitamin under hela året utan att bränna sig.

Dessvärre har Strålsäkerhetsmyndigheten inte tagit till sig det. Att en svensk myndighet ägnar sig åt att skrämman iväg svenskar från solen när all forskning visar att D-vitamin motverkar flera sjukdomar är oroväckande. Genom en skrämmedebatt riskerar vi bara att skjuta över målet.

Ingvar Andersson, ordförande Svensk Solarieförening