



Vitamin-D-Mangel lässt sich gut ohne künstliche UV-Strahlung vorbeugen

Vitamin-D-Mangel lässt sich gut ohne künstliche UV-Strahlung vorbeugen
Anders als vielfach behauptet benötigt der menschliche Körper in der dunklen Jahreszeit keine Extraportion UV-Strahlung aus dem Solarium, um seinen Bedarf an Vitamin D zu decken. Kein Mensch sollte zur Vorbeugung eines Vitamin-D-Mangels ins Solarium gehen, betonen die Deutsche Dermatologische Gesellschaft (DDG), der Berufsverband der Deutschen Dermatologen (BVDD) und das Bundesamt für Strahlenschutz (BfS) in einer gemeinsamen Pressemitteilung. Dermatologen und Strahlenschützer wenden sich mit dieser Klarstellung auch gegen PR-Kampagnen, die zur Solariennutzung gegen Vitamin-D-Mangel auffordern. Dem versprochenen Nutzen steht das reale Risiko gravierender Langzeitfolgen gegenüber: "Die Haut vergisst nichts - gefährliche Folgen wie Hautkrebs werden erst Jahre später sichtbar", warnt DDG-Präsident Prof. Rudolf Stadler. In den vergangenen 30 Jahren hat sich die Zahl der UV-bedingten Hautkrebs-Neuerkrankungen verdreifacht. Ursache ist eine übermäßige UV-Belastung. Allein am Schwarzen Hautkrebs (malignes Melanom) erkranken in Deutschland jedes Jahr rund 24.000 Menschen - Tendenz weiter steigend. "Wir können nicht hinnehmen, dass die Zahl der Neuerkrankungen ungebremst durch die Decke geht", unterstreicht BVDD-Präsident Dr. Michael Reusch. "Im Solarium kann die UV-Strahlung so stark sein wie im Sommer zur Mittagszeit am Äquator. Dass das nicht gesund ist, kann sich jeder leicht vorstellen", erläutert Dr. Thomas Jung, Leiter des Fachbereichs Strahlenschutz und Umwelt im BfS. "Für Kinder und Jugendliche sind Solarienbesuche deswegen gesetzlich verboten." Der Vitamin-D-Spiegel des Körpers schwankt natürlicherweise mit den Jahreszeiten. Bis zum Ende des Winters sinkt der Vitamin-D-Spiegel, weil der Körper das im Sommer gespeicherte Vitamin D verbraucht. Damit im Winter genügend Vitamin D zur Verfügung steht, ist es im Normalfall ausreichend, in den Sommermonaten regelmäßig ins Freie zu gehen und sich ausgewogen zu ernähren. Bei gutem Wetter sollte der richtige Sonnenschutz aber auch bei kurzen Aufenthalten in der Sonne nicht vergessen werden. Ein behandlungsbedürftiger Vitamin-D-Mangel gehört in die Hände eines Arztes, dem wirkungsvollere Behandlungsmethoden zur Verfügung stehen als zusätzliche UV-Bestrahlungen. Aktuellen Untersuchungen zufolge erhöht die Nutzung von Solarien das Risiko, an schwarzem Hautkrebs zu erkranken, um 20 Prozent gegenüber Personen, die gar nicht ins Solarium gehen. Wer schon vor dem 35. Lebensjahr ins Solarium geht, hat laut dieser Studie sogar ein um 40 Prozent erhöhtes Risiko. Vorbeugende Maßnahmen zur Hautkrebsprävention wie ein geeigneter Sonnenschutz und die Meidung von Solarien sind deswegen wichtig. BfS, DDG und BVDD sowie 11 weitere medizinische und wissenschaftliche Behörden und Organisationen haben sich darum zum UV-Bündnis zusammengeschlossen und setzen sich für einen positiven und gesundheitsbewussten Umgang mit UV-Strahlung ein.
Bundesamt für Strahlenschutz (BfS) 38201 Salzgitter Deutschland
Telefon: 05341/8 85-1 30 Telefax: 05341/8 85-1 50 Mail: info@bfs.de URL: <http://www.bfs.de>

Pressekontakt

Bundesamt für Strahlenschutz (BfS)

38201 Salzgitter

bfs.de
info@bfs.de

Firmenkontakt

Bundesamt für Strahlenschutz (BfS)

38201 Salzgitter

bfs.de
info@bfs.de

Das BfS ist eine Behörde im Geschäftsbereich des Bundesministeriums für Umwelt, Naturschutz und Reaktorsicherheit (BMU), die ihre Arbeit im November 1989 in Salzgitter aufgenommen hat. Das BfS nimmt Vollzugsaufgaben des Bundes nach dem Atomgesetz und dem Strahlenschutzvorsorgegesetz wahr, erfüllt Aufgaben auf den Gebieten des Strahlenschutzes, der kerntechnischen Sicherheit, der Beförderung radioaktiver Stoffe und der Entsorgung radioaktiver Abfälle. Es unterstützt das Umweltministerium bei der Wahrnehmung der Bundesaufsicht. Zur Erfüllung seiner Aufgaben betreibt das BfS wissenschaftliche Forschung.