

03-07-2013 09:00 CEST

I Midt-Norge beskytter man seg minst mot sola

Midt-Norge utpeker seg som landsdelen med de farligste solvanene. – Sol på ubeskyttet hud kan være farlig. Mange med hudkreft ville gitt mye for å kunne skru klokken tilbake og bruke solkrem, sier kommunikasjonssjef Hilde Ariansen i Apotek 1.

Nordmenn med lys hudfarge skal ikke være mange minutter ute i sola før de har behov for beskyttelse. Alt fra sviende solbrenthet og sår hud til hudkreft kan forebygges med solkrem. Likevel dropper mange å bruke tilstrekkelig solbeskyttelse. Og de som er minst opptatt av å beskytte seg mot sola bor i Midt-Norge. Det viser en undersøkelse Sentio Research har utført for Apotek 1.

- Det er relativt tydelige forskjeller på landsdelene når det kommer til solvaner. Midt-Norge kan fremstå som landsdelen med minst bevissthet knyttet til solbeskyttelse. Kanskje er det slik at mange i Midt-Norge lar være å smøre seg av frykt for ikke å bli ordentlig sommerbrune, spør Ariansen.

Et representativt utvalg på 1000 personer ble i juni spurt om deres holdninger til soling og solkrem. Undersøkelsen avdekket at mens 37 prosent av de spurte fra Vestlandet sier seg helt enige i at de er opptatt av å bruke solkrem, er den tilsvarende andelen 17 prosent i Midt-Norge

Samtidig utpeker Midt-Norge seg som regionen hvor man har minst fokus på å smøre barn som er i sola.

- Dette er bekymringsfullt, da barn er særlig utsatt for skader av sterk sol. Barn skal ganske enkelt smøres med solkrem før de er ute i sommersola. Noe annet kan gi stort ubehag både på kort og lang sikt, sier Ariansen

Apotek 1 anbefaler solkrem med beskyttelsesgrad "Medium" (UVB faktor 15-25) eller høyere basert på råd fra [Kreftforeningen](#). Når huden har blitt brun kan man eventuelt redusere solfaktoren litt. UVB faktor lavere enn 6 frarådes. Bruk gjerne en solstift eller krem med ekstra høy faktor til utsatte hudområder som lepper, kinnben og nese. Ta hensyn til hudtypen din og hvor sterk solen er der du skal sole deg ([UV-varsel](#)). Lyshudede og barn trenger ekstra god beskyttelse, og skal gjerne bruke klær, solhatt og solbriller i tillegg til solkrem.

Bruk gjerne en solstift eller krem med ekstra høy faktor til utsatte hudområder som lepper, kinnben og nese. Ta gode pauser i skyggen når sola er på sitt sterkeste.

Til barn under 3 år anbefales uparfymert solkrem med fysisk filter, eller en kombinasjon av fysisk og kjemisk filter for å minimere risikoen for allergiske reaksjoner. Barn under 1 år bør ikke oppholde seg i direkte sollys.

Hva kan du forvente av en god solkrem

- God beskyttelse mot både UVA- og UVB-stråler. UVA-filter gir beskyttelse mot soleksem, rynker og hudkreft. UVB-filter gir beskyttelse mot solbrenthet og hudkreft.
- Fotostabilt filter (brytes ikke ned av sola)
- Tåle vann og svette. "Ekstra vannresistent" solkrem tåler 4x20 min bading, "vannresistent" 2x20 min, før solfaktoren er betydelig redusert.

Ved spørsmål, vennligst kontakt:

Hilde Ariansen, kommunikasjonssjef i Apotek 1, tlf +47 915 88 972, e-post: hilde.ariansen@apotek1.no

Apotek 1 er landets største og ledende apotekkjede, og har i dag over 290 apotek spredt over hele landet. Kjernen for vår virksomhet er kompetanse og kvalitet. Vår ambisjon er å leve opp til vårt slagord "Vår kunnskap- din trygghet", i alle våre kundemøter. Apotek 1 sine kunnskapsrike medarbeidere skal gjennom sin rådgivning og oppfølging skape bedre helse og økt velvære for våre kunder.

Våre verdier er at vi skal være pålitelige og engasjerte medarbeidere, som viser respekt og diskresjon i vårt arbeid. Vi i Apotek 1 ønsker å være en viktig faktor i helsetjenesten. Hos oss skal kundene få inspirasjon og bli motivert til å ta vare på egen helse. Vi skal være blide, imøtekommende og gi god service.

Kontaktpersoner



Silje Ensrud

Pressekontakt

Pressesjef

presse@apotek1.no

99350502



Karina Soby Eidukaitis

Pressekontakt

Kommunikasjonsrådgiver

presse@apotek1.no

95036948