

UV-Strahlung verursacht Hautkrebs

Immer wieder lesen wir Schlagzeilen zum Thema „UV-Strahlung und Hautkrebs“ in der Boulevardpresse. Pünktlich zum Sommerloch, wenn die politische Szene keine großen Schlagzeilen hergibt oder wenn die Leser etwas müde vom Kriegsgeschehen in fernen Ländern sind, werden solche oder ähnliche Berichte in den einschlägigen Klatschblättern neu aufgelegt. Doch was ist wirklich dran an diesen Meldungen? Schon in der Vergangenheit haben wir mehrere Male dazu Stellung genommen. Wir, bei der ProfNail, haben sogar schon eigene Messungen durchführen lassen, um zu beweisen, dass das Risiko an Hautkrebs zu erkranken durch die Verwendung von UV-Lichthärtungsgeräten nicht oder nur äußerst minimal erhöht wird. Die Berichte, die wir in den vergangenen fünf Jahren immer wieder einmal veröffentlichten, wenn gerade wieder einmal dieses Gerücht durch die Presse geisterte, können interessierte Leser gerne in der Redaktion abrufen.

Warum also noch einen Artikel schreiben? Warum nochmals auf dieses Thema eingehen? Nun, es gibt seit einiger Zeit auch eine ganz andere Seite dieser Geschichte. Der Mangel an Vitamin D in der Bevölkerung! Was dies genau mit unserem Thema zu tun hat? Lesen Sie hier unsere Recherche zu weiteren Hintergründen dieser Nachrichten.

Thema Vitamin-D-Mangel

„Vitamin D wird zu einem Großteil vom Körper selbst gebildet. Doch braucht er dazu das Sonnenlicht. Nun führt aber nicht nur das Klima in mitteleuropäischen Breiten häufig dazu, dass wir oft wochenlang keinen Sonnenstrahl abbekommen, sondern oft auch die Tatsache, dass viele Menschen tagtäglich ihrer Arbeit in geschlossenen Räumen nachgehen. Vitamin-D-Mangel ist vorprogrammiert. Erfahren Sie jetzt, welche Krankheiten auf einen Vitamin-D-Mangel hindeuten und wie Sie diesen beheben können.“ *Gibt man das Stichwort Vitamin-D-Mangel in die Suchmaschinen ein, so kommt man auf unzählige Seiten, die sich genau mit diesem Thema befassen. Experten erklären auch ganz ausführlich, dass der Vitamin-D-Bedarf eines Menschen nicht oder nur sehr selten über die Nahrungsaufnahme gedeckt werden kann. Noch vor wenigen Jahren gingen die Ernährungswissenschaftler von einem Vitamin-D-Tagesbedarf von 5 Mikrogramm aus. Heute werden für den gesunden Menschen 20 Mikrogramm als Tagesbedarf empfohlen. Um diesen Bedarf durch die Ernährung zu decken, müsste man täglich etwa 200 Gramm Sardinen, 2 Kilogramm Käse, 700 Gramm Eier oder 500 Gramm Kalbfleisch essen. Bei

schweren Erkrankungen wie z. B. Multipler Sklerose wird die neunfache Menge an Vitamin D (180 Mikrogramm) und bei der Krebsprophylaxe gar die zwölfache Menge (240 Mikrogramm) täglich empfohlen.

Natürlich wird der gesundheitsbewusste Mitbürger sofort an die einschlägigen Nahrungsergänzungsmittel denken. Hierbei ist aber anzumerken, dass auch über diesen Weg der Bedarf an Vitamin D nur zu einem kleinen Teil abgedeckt werden kann, bzw. der Nachweis über die Verarbeitung von Nahrungsergänzungsmitteln im Körper weiterhin umstritten ist.

Auswirkungen

Heute weiß die Medizin, dass der akute Vitamin-D-Mangel zu einer Anzahl von Krankheiten führen kann, bzw. bei gewissen Krankheitsbildern die Versorgung mit Vitamin D Linderung oder sogar Heilung verspricht. Grippale Infekte und Atemwegserkrankungen, Muskelschwäche, Schuppenflechte und chronische Niereninsuffizienz, Diabetes, Asthma, Parodontitis, Kardiovaskuläre Erkrankungen, Schizophrenie und Depressionen sowie Krebserkrankungen werden in Verbindung mit akutem Vitamin-D-Mangel gebracht bzw. mit einer Vitamin-D-Therapie behandelt. Auf den einschlägigen Internetseiten und Gesundheitsforen werden diese Krankheitsbilder als Hinweis auf einen Vitamin-D-Mangel aufgezählt und entsprechend diskutiert.

Liest man die einschlägigen Hinweise und Therapieansätze könnte man beinahe glauben, dass Vitamin D fast schon ein Allheilmittel ist.

Ursache

Aber warum kommt es gerade jetzt zu dieser Diskussion eines akuten Vitamin-D-Mangels? Sogar die Welt Gesundheitsorganisation warnt vor akuten Mangelerscheinungen selbst bei Kindern und weist auf rachitische Veränderungen hin. In der einschlägigen medizinischen Literatur wird nach schlechter Ernährung als die Hauptursache für Vitamin-D-Mangelerscheinungen die Abwesenheit von Sonnenlicht bzw. der Sonneneinstrahlung auf die Haut aufgeführt. Tatsächlich kann das für eine gesunde Entwicklung benötigte Vitamin D zum Großteil durch ein Sonnenbad von etwa 20 Minuten täglich vom Körper produziert werden. Die jahrelange Aufforderung gewisser medizinischer Kreise nach Sonnenschutzmitteln und Warnungen vor möglichem Hautkrebs führte im vergangenen Jahrzehnt in Mitteleuropa und Nordamerika zu einem weitverbreiteten Vitamin-D-Mangel in der Bevölkerung. Schon eine Sonnenmilch mit Lichtschutzfaktor 8 kann theoretisch 95 % der benötigten Vitamin-D-Produktion verhindern. Leider werden

heute durch viele Warnungen gerade bei Kindern Sonnenschutzmittel mit sehr viel höheren Lichtschutzfaktoren verwendet, was für das Ausmaß an Vitamin-D-Mangel sicherlich von Bedeutung ist.

Gesunder Menschenverstand

Um nochmals auf die Warnung von Ärzten in der Presse vor dem Hautkrebsrisiko durch die Bestrahlung mit UV-Lichthärtungsgeräten zurückzukommen – nein, die Strahlungsdosis, der ein Kunde während eines normalen Besuchs im Nagelstudio ausgesetzt ist, ist so gering, dass sie nach Meinung von Experten nicht dazu ausreicht, das Risiko von Hautkrebs zu erhöhen. Gleichwohl leitet sich aus der Aussage der Ärzte in der Presse eine ganz andere Schlussfolgerung ab: Ja, es gibt Risiken, die wir im täglichen Leben vermeiden sollten. Aber gera-

de wenn es zur Sonneneinstrahlung kommt, wenn es um das Spielen der Kinder im Garten oder auf dem Spielplatz geht, dann sollten wir unseren gesunden Menschenverstand einsetzen. Haben nicht unsere Mütter schon die Babys in die Sonne gestellt und sind jeden Tag zum Spaziergang draußen gewesen? Unsere Mütter wussten noch, wie wichtig das Sonnenlicht ist, um gesund zu bleiben. Ein gesundes Maß an Sonne ist für ein gesundes Leben aller Menschen wichtig. Lassen Sie sich nicht von effektheischenden Warnungen verunsichern – ein bisschen mehr Skepsis und das Hinterfragen von bestimmten Aussagen ist in jedem Fall angebracht. ■

*Lesen Sie mehr unter:

<http://www.zentrum-der-gesundheit.de/vitamin-d-mangel-symptome-ia.html#ixzz31s6Et300>

Neue Studie 08. Mai 2014 21:31; Akt: 08.05.2014 21:31

UV-Lampen in Nailsalons können Krebs erzeugen

von Tanja Bircher - Damit das Gel auf künstlichen Nägeln trocknet, braucht es eine UV-Lampe. Deren Licht kann laut neuen Erkenntnissen zu Hautkrebs führen. Dies weiss aber kaum jemand.



In Nailsalons werden UV-Lampen zum Trocknen von Gelnägeln eingesetzt. Die Strahlen können laut Forschern Hautkrebs verursachen. (Bild: Tanja Bircher)

Dass ultraviolette Strahlen schädlich für die Haut sind, ist nicht neu. Dass man sich aber auch beim Besuch im Nagelstudio einem Risiko aussetzt, sehr wohl: Das Licht von UVA-Lampen, die zum Trocknen von Gelnägeln benutzt werden, können zu Hautkrebs führen, wie eine neue amerikanische Studie zeigt. Laut den Forschern vom Medical College Georgia und dem Georgia Regents Health System reichen bereits acht Behandlungen mit einer UV-Lampe aus, um die DNS in der Haut zu beschädigen – die häufigste Ursache für Hautkrebs.

Wer sich regelmässig neue Gelnägel machen lässt und diese typischerweise während rund zehn Minuten dem UV-Licht aussetzt, erreicht diese Quote schnell. Das Risiko entsteht aufgrund von UVA-Strahlen, die jenen im Solarium nicht unähnlich sind. Obwohl sie die Haut nicht verbrennen (UVB-Strahlen sind für Sonnenbrände verantwortlich), können sie bei hoher Konzentration Melanome verursachen, hochgradig bösartige Tumore der Pigmentzellen in der Haut.

Sonnencreme und Handschuhe

Ralph Braun, Dermatologe am Universitätsspital Zürich, sagt: «Grundsätzlich kann jede UV-Quelle zu Hautkrebs führen. Das Schockierende an dieser Geschichte ist aber, dass viele Menschen sich gar nicht bewusst sind, dass in Nagelstudios UV-Strahlen verwendet werden.» Offenbar auch die Naildesignerinnen selbst nicht: 20 Minuten hat 13 Nagelstudios in Zürich kontaktiert und Mitarbeitende zum Risiko der UV-Strahlen befragt: 13 wussten nichts von einem möglichen Krebsrisiko.

Dass diese Lampen tatsächlich nicht ungefährlich sind, zeigt eine 2009 veröffentlichte Studie: In den Händen zweier gesunder Frauen aus den USA, die regelmässig Nagelstudios besucht hatten, entwickelten sich abnormale Hautzellen. Ärzte glauben, dass die Ursache im Zusammenhang mit dem UV-Licht der Lampen steht. Studienleiterin Lyndsay Shipp sagt: «Wir empfehlen deshalb vor jedem Besuch im Nagelstudio Sonnencreme aufzutragen oder sogar Handschuhe zu tragen, die kein UVA-Licht durchlassen.»

Tijana Trosic, Geschäftsführerin von Fashion Nails in Zürich, weiss Bescheid und hat

ihr Studio für alle Fälle ausgerüstet: Sonnenmilch mit Schutzfaktor 50, Pigmentcreme, Handschuhe und LED-Lampen sollen das Risiko für ihre Kundinnen so klein wie möglich halten.

«Es braucht ein Verbot oder Warnhinweis»

Auch Doris Schmidiger, Vorstandsmitglied des Schweizer Berufsverbands Swiss Nail Design, sagt: «Wir sind uns des Risikos des UVA-Lichts von Nagellampen bewusst. Wir wissen aber auch, dass dieses nur besteht, wenn man sich den Strahlen zu oft aussetzt.» Es sei wie bei allen anderen Dingen, die Krebs erregend seien: Es kommt aufs Mass darauf an. «In der Schweiz gehen Frauen im Schnitt einmal im Monat zur Maniküre – auch wenn sie jedes Mal ihre Nägel trocknen lassen, ist das vollkommen unbedenklich.»

Die Erkenntnis, dass UVA-Strahlen krebserregend sind, sei nicht neu, sagt Josianne Walpen, Leiterin Ernährung und Landwirtschaft vom Konsumentenschutz. «Die Gesundheitsgefährdung durch regelmässige Solariumbesuche ist seit Langem bekannt.» Sogar das sonst eher zurückhaltende Bundesamt für Gesundheit rate explizit vom Besuch von Solarien ab. Wie hoch die Belastung und die Strahlung beim Härten von Nägeln in den Nagelstudios sei, entziehe sich ihrer Kenntnis.

«Dass die Bestrahlung mit UVA- und UVB-Strahlen aber überhaupt erlaubt ist, obwohl die wissenschaftliche Beurteilung zum Schluss kommt, dass diese krebserregend sind, ist für uns nicht verständlich», so Walpen. Bislang sei lediglich Kindern der Besuch in Solarien untersagt. Ihrer Ansicht nach müsste ein Verbot oder zumindest ein Warnhinweis, wie beim Rauchen, in Betracht gezogen werden. Sie sei überzeugt, dass viele Konsumenten sich der Gefahr nicht bewusst seien oder sie davon – wie bei den Nagelstudios – keine Kenntnis hätten. «Die wenigsten Konsumentinnen werden wissen, dass sie sich beim Härten der Nägel einer Bestrahlung durch UVA-Strahlen unterziehen und damit ihre Gesundheit gefährden könnten.»

«Frauen können Risiko nicht abschätzen»

Braun sagt, wie gefährlich die Strahlungen der Nagellampen seien, wisse man schlicht noch nicht. Die Stärke der UV-Strahlen in Nagelstudios variere extrem, von «praktisch nichts» bis «sehr stark» sei alles möglich. Da die Stärke der Strahlen weder reguliert ist noch gemessen werden müsse, könne man sich kein Bild über das tatsächliche Risiko machen. «Frauen, die einen Salon aufsuchen, können demnach gar nicht einschätzen, ob sie ihre Gesundheit gefährden oder nicht», so Braun.

Zu diesem Schluss kommen auch die Forscher unter der Leitung von Shipp. Zwar steige das Hautkrebsrisiko beim Benutzen von UV-Lampen, es hänge aber vor allem von der Stärke der Strahlungen ab.

Mehr Videos

powered by @vimeo



Mehr Themen

empfohlen von

