



# UV-strålning

## Kapitel 8

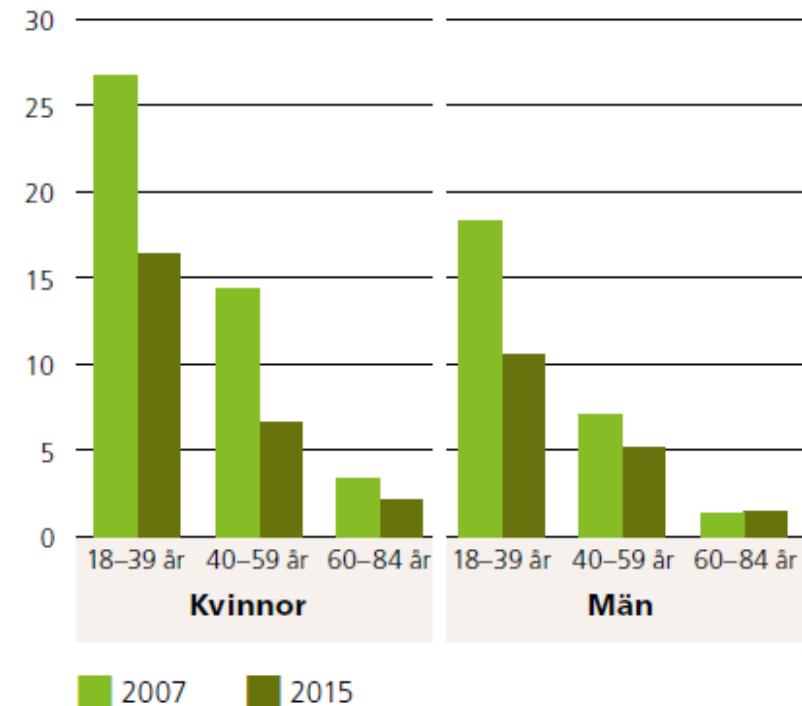
Tove Sandberg Liljendahl och  
Antonios Georgelis

# Exponering

- 50 % uppger att de bränt sig i solen senaste året
  - Minskning sedan 2007, 61 %
  - 60 % i åldersgruppen 18-39 år, 74 % 2007
- 7,6 % solar i solarier
  - Minskning sedan 2007, 14 %
  - 13 % i åldersgruppen 18-39 år
  - Vanligare bland kvinnor
- Majoriteten använder någon form av solskydd
  - Använder skyddande kläder 86 %
  - Vistas i skugga 86 %
  - Använder solskyddsmedel vid utlandsresa 95 %

**Figur 8.1. Solarieanvändning**

Andel (procent) av befolkningen i Stockholms län som uppger att de solat i solarium någon gång under det senaste året, 2007 respektive 2015, uppdelat på kön och åldersgrupp.



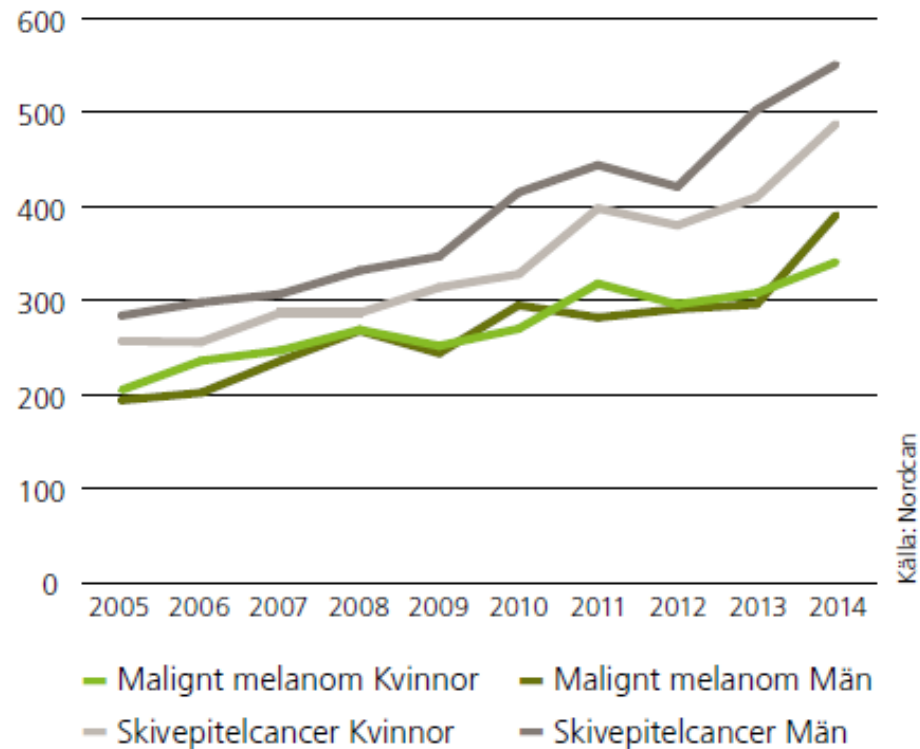


# Hur påverkas vår hälsa av UV-ljus?

- UV-ljus påverkar vår hälsa positivt, nödvändigt för bildning av D-vitamin i huden
- För intensivt solande kan dock vara skadligt, t.ex. genom att
  - Orsaka erytem, dvs. hudrodnad = vi bränner oss
  - Orsaka skador på DNA i hudens celler
  - Huden åldras i förtid
  - Öka risken för hudtumörer
- Tre vanliga former av hudcancer:
  - Basalcellscancer – i princip alltid godartad
  - Skivepitelcancer – starkt koppling till livstidsdos
  - Malignt melanom – framför allt kopplad till sporadiskt solande

**Figur 8.2. Antal fall av malignt melanom och skivepitelcancer**

Antal fall av malignt melanom och skivepitelcancer\* per 100 000 invånare i regionen Stockholm-Gotland, år 2005–2014.



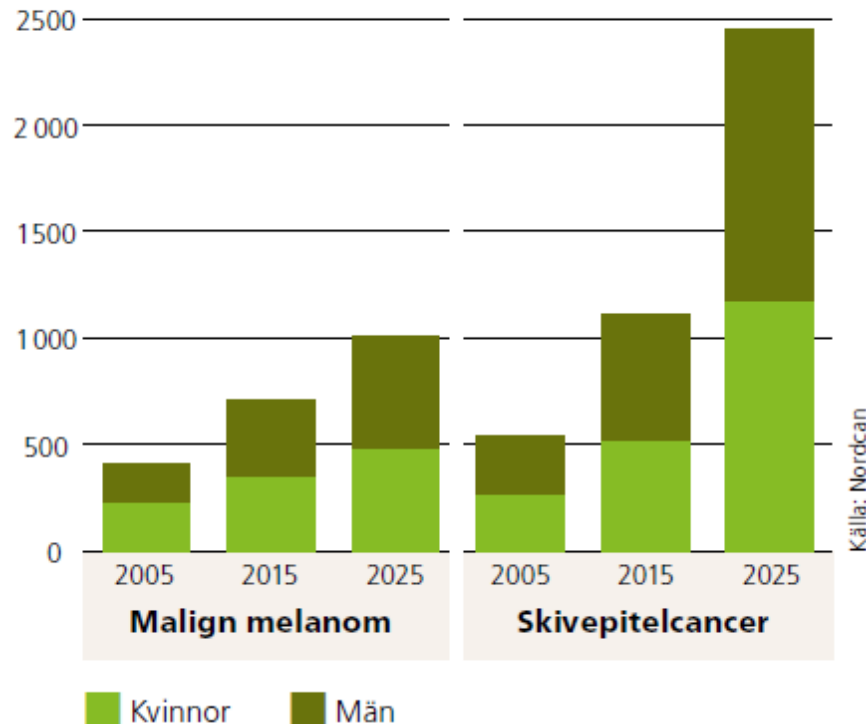
- Trots att färre bränner sig och solar i solarier så ökar antalet fall av allvarliga hudtumörer
- 2014 upptäcktes 732 nya fall av malignt melanom och 1039 nya fall av skivepitelcancer
- 7,5 % ökning av antalet fall årligen (6 % i riket)

\*I cancerstatistiken rapporteras skivepitelcancer inom diagnoskoden "Övrig hudcancer". Denna grupp utgörs till 98 procent av skivepitelcancer, varför vi använder begreppen synonymt.

# Riskbedömning

**Figur 8.3. Uppskattning av framtida incidens (antal fall)**

Antal fall av malignt melanom och skivepitelcancer\* per 100 000 invånare i regionen Stockholms-Gotland, år 2005–2025.



- Om den nuvarande ökningstakten fortsätter kommer antalet fall att öka kraftigt
  - Malignt melanom +42 %
  - Skivepitelcancer +129 %

**BARN OCH  
PERSONER MED  
VÄLDIGT LJUS HY  
ÄR SÄRSKILT  
KÄNSLIGA FÖR  
UV-STRÅLNING**

\*I cancerstatistiken rapporteras skivepitelcancer inom diagnoskoden "Övrig hudcancer". Denna grupp utgörs till 98 procent av skivepitelcancer, varför vi använder begreppen synonymt.



## Förslag till möjliga åtgärder

- Informera om risker med solning
- Fokus på känsliga grupper
- Rekommendationer för att undvika att bränna sig
  - Undvik sol mitt på dagen (kl. 11-15)
  - Vistas i skugga
  - Använda skyddande kläder och solskyddsmedel
  - Undvika solarier
  - Vara försiktig vid utlandsresor
  - Skydda barn!