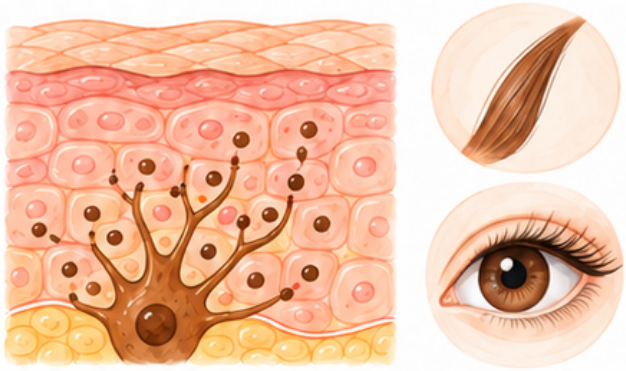
BIOLOGIA • SKÓRA • KLASA 7

Melanina i ochrona przed UV

Słońce pod kontrolą

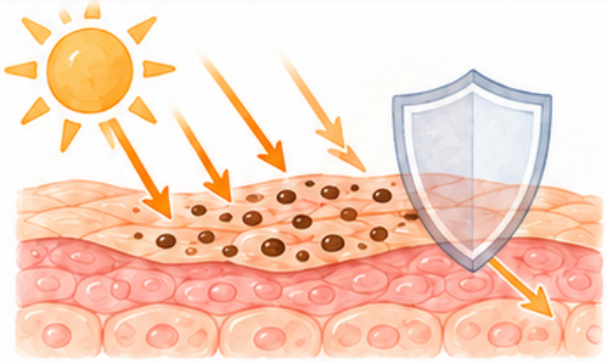
1 Co to jest melanina?

To naturalny barwnik nadający kolor skórze, włosom i oczom. W skórze wytwarzają ją komórki barwnikowe naskórka.



2 Naturalna tarcza UV

Melanina pochłania część promieniowania UV i ogranicza uszkodzenia komórek skóry. Nie zapewnia jednak pełnej ochrony.



3 Jak chronić skórę?

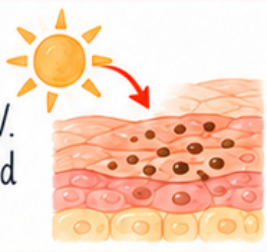
- Unikaj silnego słońca w południe i szukaj cienia.
- Noś czapkę lub kapelusz oraz ubranie osłaniające skórę.
- Stosuj krem z ochroną UVA i UVB, SPF 30 lub wyższym.
- Ponawiaj nakładanie kremu co 2 godziny i po kąpieli.

Nadmiar UV powoduje oparzenia i zwiększa ryzyko nowotworów skóry, w tym czerniaka.



Ciekawostka

Opalenizna to reakcja skóry na UV. Nie zapewnia pełnej ochrony przed kolejną dawką promieniowania.



Zapamiętaj!

Krem z filtrem nie zastępuje cienia, ubrania i nakrycia głowy.