Føroya Felag Móti Krabbameini:

Kanska rætt at banna ungum undir 18 ár at taka sól

– At taka sól økir so nógv um vandan fyri krabbameini, at tað kanska hevði verið rætt at gjørt eina lóg sum bannaði ungum undir 18 ár at taka sól. Men eitt bann kann ikki standa einsamalt, sigur Føroya Felag Móti krabbameini

SÓL OG KRABBAMEIN

Áki Bertholdsen
aki@sosialurin.fo

Talið á teimum, sum fáa krabbamein í húðina veksur ógvuliga skjótt og ein stór orsøk til tað er, at fólk liggja ov leingi undir sólina, men ikki minst er tað skaðiligt at taka sól í solarium, sigur Føroya Felag Móti Krabbameini

– Kanska er tað rætt at seta seta lógarforboð ímóti at ung undir 18 ár, sleppa at taka sól í solarium. Men eitt forboð kann ikki standa einsamalt.

Føroyafelag Móti Krabbameini vísir ikki frá sær at tað kann vera rætt at taka so víðgongt stig sum at forða ungum við lóg at taka sól.

Vit hava leingi vitað, at tað at taka sól økir rættiliga nógv um vandan fyri at fáa krabbamein í húðina og í farnu viku vísti ein danskur yvirlækni á, at tað er so skaðiligt at taka sól, at hann mælti rætt og slætt til at danska Fólkatingið setti eina lóg í gildi sum bannaði ungum undir 18 ár at taka sól.

– At lata ungfólk taka sól er sum at geva teimum ein pakka av sigarettum í hondina og biðja tey roykja sum teimum lystir, tí tað verður kortini ikki fyrrrenn um eini 30 ár at tey fáa lungnakrabba av tí, segði hann.

Samstundis boðar Kræftens Bekæmpelse í Danmark frá, at tey styðja uppskotinum um at banna ungum undir 18 ár at taka sól.

Og Føroyafelag Móti Krabbameini vísir ikki tankanum aftur.

– Vit taka undir við øllum sum kann fyribyrgja krabbamein og kanska er tað rætt at banna ungum undir 18 ár at taka sól tí tað er so skaðiligt, sigur Maria Debess, ráðgevandi sjúkrarøktarfrøðingur hjá Føroyafelag Móti Krabbameini.

Forboð kann ikki standa einsamalt

Men hon heldur samstundis, at eitt forboð kann ikki standa einsamalt.

– At blíva sjúkur og doyggja, er ofta ikki fremst í huganum hjá einum tannáringi, ið skuldi havt alt lívið framman fyri sær.

– Tí er tað undir øllum umstøðum neyðugt at seta gera eitt upplýsandi átak fyri at kunna tey ungu um, hvussu vandamikið tað í veruleikanum er er at taka sól.

– Men eitt slíkt upplýsingar átak má verða soleiðis, at tey ungu taka tað til sín og skilja álvarsemi í einum møguligum forboði.

Samstundis ger Maria Debess greitt, at álvarsemi í hesum skal als ikki undirmetast, tí húðkrabbi er tað slagi av krabbameini, sum er vaksið mest hesi seinastu árini, eisini í Føroyum.

Maria Debess heldur, at tað kundi kanska verið eitt evni at arbeitt við í framhaldsdeildini í fólkaskúlanum.

– Foreldrini kundu eisini verið ein partur í einum slíkum átaki, so at tey kundi fingið ein felags hugburð til tað, at børnini eiga ikki at taka sól.

– Men tað besta hevði verið um tað varð móti at vera hvítur, leggur hon afturat.

Ungfólk eru viðbreknari

Annars vísir ráðgevandi sjúkrarøktarfrøðingurin á, at danska heilsustýrið mælir fólki frá at taka sól og serliga teimum ungu undir 18 ár, tí ungfólk eru ikki fullment og tá ery kyknurnar nógv viðbreknari fyri broytingum.

Og tað er eitt tilmæli sum Føroyafelag ímóti Krabbameini tekur undir við.

– Fólk eiga ikki at taka sól yvirhøvur og men serliga skal dentur leggjast á at fáa tey ungu undir 18 ár at lata vera við at taka sól.

– Strálurnar frá sólunum í einum solarium eru so sterkar, at vit mæla avgjørt frá at brúka tær, leggur hon afturat.

– Hinvegin hava vit øll brúk fyri sól tí vit hava brúk fyri D vitaminum, so sjálvandi skulu vit vera úti í vanligari sól.

– Men eisini við vanligari sól er neyðugt at fylgja teimum fyriskriftum sum eru og annars at brúka vit og skil, tí alt skal vera við máta.

– Serliga eiga vit at vera varin í miðdagssólini ímillum 12 og 15 um dagin. Og skínur sólin, er nóg mikið at vera 10 minuttir úti í sólini fyri at fáa nóg mikið av D vitaminum.

– Tað er eisini ómetaliga týdningarmikið at verja børnini við klæðum og góðum sólkremi, tí tað er ein sannroynd, at verða børn skáldað í sólini, eru tey í størri vanda fyri at fáa húðkrabba seinni í lívinum, sigur Maria Debess.

Hent heimasíða um sól

Í sambandi við sól og vandan fyri krabbameini, er tað avgjørt vert at vitja eina heimasíðu á alnetinum sum eitur www.solen.dk.

Har ber til at síggja, hvussu sterk sólin er allastaðni í verðini og hvussu leingi ein kann vera úti í sólini við berari húð og hvussu høgan faktor sólkremið eigur at vera.

À heimasíðuni fara vit inn vinstrumegin á "vælg sted" og so ber til at velja ímillum ymsar býir allastaðni í verðini.

Í morgun kliktu vit okkum inn á heimasíðuna og undir "vælg sted" valdu vit "Norden" og so valdu við "Thorshavn" og har fingu vit at vita, at í dag var so lítil sól, at vit kundu ganga úti sum vit vildu. Men vit síggja eisini, at í morgin og fríggjadagin er væntandi at sólin fer at skína og at vit ikki eiga at vera longri úti í miðdagssólini við berari húð enn 2 tímar og 25 minuttir og at vit eiga at brúka sólkrem við faktori 3.

Krabbamein í húðini næstan trýfaldað í Føroyum seinastu 10 árini

Krabbamein í húðini er tað slagið av krabbameini sum er vaksið mest í Føroyum seinastu 10 árini og tað er serliga sólin, sum er orsøkin, sigur Føroya Felag Móti Krabbameini

Húðkrabbi er tað slagið av krabbameini, sum tilburðirnir eru øktir mest av hesi seinastu 10 árini.

Sostatt er talan um húðkrabba í næstan fjórðahvørjum krabbameinstilburði.

Serliga eru tilburðirnir av vandamikla móðurmerkjakrabbameini økt;

Føroya Felag Móti Krabbameini sigur, at atvoldin til øktu tilburðirnar av húðkrabba er serliga sólin, tí at fólk sóla sær ov nógv og brúka solarium ov nógv.

– Hóast sóltímarnir í Føroyum eru færri enn aðrastaðni, vita vit, at sólin er minst líka sterk her ella kanska sterkari.

Tí eru hyggjuráðini at verja húðina væl tá ið sólin skínur og ansa eftir ikki at vera ov leingi í sólini, sigur Føroya Felag Móti Krabbameini.

Felagið sigur, at hagtøl yvir tilburðir av húðkrabbameini seinastu tíggju árini geva eina greiða ábending: Tilburðirnir eru næstan trýfaldaðir frá 1995 til 2005. Í 1995 vóru 16 tilburðir av húðkrabba í Føroyum, men í fjør vóru 52 tilburðir.

Serliga seinastu fimm árini eru tilburðirnir av húðkrabba nógv øktir í tali, tí síðani 2001 hava hesir tilburðir verið

2001: 20 tilburðir
2002: 32 tilburðir
2003: 28 tilburðir
2004: 41 tilburðir
2005: 52 tilburðir

Serliga tilburðirnir av móðurmerkjakrabbameini eru øktir í tali og móðurmerkjakrabbamein kann vera ógvuliga vandamikið.

Ì nítiárunum vóru ein ella tveir tilburðir um árið, men í 2004 vóru heilir 10 tilburðir av móðurmerkjakrabba og í fjør vóru heilir 15 tilburðir.

Sí annars heimasíðuna www.krabbamein.fo. Har er er nógv tilfar, eisini góð ráð um, hvussu húðkrabbi kann fyribyrgjast, eitt nú greinin „Góð ráð um sólvanar".