

Lagt til rættis:
Eydna Skaale
eydna@sosialurin.fo
Myndir: Polfoto

Njótið SÓLINA –

Vandin fyri húðkrabba eigur ikki at fáa fólk at renna undan sólini. Ov lítið av sól ger immunverjuna veikari – og harvið eisini mótstøðuførið móti øðrum krabbameinssløgum. Hetta er niðurstøðan í eini spildurnýggjari kanning hjá einum bólki, sum granskar krabbamein. Norðurlendingar eiga tí bæði at nýta og njóta meiri tíð úti í sólskininum



Møguleikin at gerast sjúkur av ov lítið av sól er størri enn møguleikin at gerast sjúkur av ov nógvri sól, er niðurstøðan í nýggju kanningini.

– Hóast vandin fyri at fáa húðkrabba er til staðar, so kann sólin fyrbyggja bæði øðrum krabbameinssløgum, til dømis bróst- og tarmkrabba, eingilskari sjúku, beinbroyskni og sukursjúku, sigur norðmaðurin Johan

Moan, leiðari av kanningini, sum var gjørd av einum krabbameins-granskningarliði á Oslo Universitet.

D-vitamin er loysunarorðið

Orsøkin til lekjandi og fyrbyggjandi ávirkanina av sólini er, at sólin er okkara størsta kelda til D-vitamin.

D-vitamin hevur avgerandi týdning fyri, at immunverjan virkar optimalt. D-vitamin

fæst eisini í gjøgnum matin, men bróðurparturin av D-vitaminum fæst við at vera í sólini, tí sólin fær kroppin sjálvan til at framleiða D-vitamin.

– Tað er tí eitt vánaligt hugskot at krógva seg í skugganum av ótta fyri at fáa húðkrabba. Serliga hjá okkum skandinavum, sum búgva so fjarnt frá ekvator, er tað týðningarmikið at fáa tær sólstrálur, sum eru. Vandin

fyri húðkrabba er veruligur, men positivu árinini av sólini eru nógv fleiri enn negativu árinini. Sjálvt eitt lítið sindur av sól gevur ovurstórar heilsuligar fyrimunir, staðfestir Johan Moan.

Eisini ímóti krabbameini

Kanningin vísti eisini, at fólk, sum búgva í norður Avstralia tætt við ekvator, framleiða nærur fimm ferðir so nógv

D-vitamin í kroppinum, sum fólk í norðurlondum. Og av tí, at D-vitamin er so gott fyri immunverjuna, er hetta sambært granskarunum frágreiðingin uppá, at fólk, sum fáa krabbamein í sólriku londunum, hava størri møguleika at gerast frísk, enn fólk her norðuri um leiðir.

– Úrslitið av kanningini vísir, at um norðmenn høvdu nýtt dupult so nógv tíð úti í sólini, sum teir gera nú,

Danska solariumfelagið undrast

Formaðurin í danska solariumfelagnum undrast tó á, at Kræftens Bekæmpelse hevur nýtt so nógv orku uppá at ávara ímóti sólini.

– Húðkrabbi er ein krabbasjúka, sum hevur relativt lágt deyðstal. Men tað er her, at Kræftens Bekæmpelse í høvuðsheitum hevur lagt dentin. Tað hava tey gjørt við at ræða fólk úr sólini.

Men við minni sól viknar immunverjan, og harvið økist deyðstalið av til dømis tarmkrabba og bróstkrabba. Og hesi krabbasløgini hava sera høg deyðstøl sum er. Harumframt elvir trotið á D-vitamin til aðrar sjúkur, sum gera at fólk missa førleikan, millum annað sklerosu og beinbroyskni, sigur Henrik Marx, sum er formaður í

danska solariumfelagnum í einum lesarabrævi í donsku bløðunum.

Hann vísir á tvær danskar kannigar, sum eru komnar til eina og somu niðurstøðu. Onnur var gjørd í 2007, tá yvirlæknin Henrik Hey kannaði 145 næmingar í 8. flokki. Tann kanningin vísti, at 90% av næmingunum høvdu trot á D-vitamin. Fleiri

teirra høvdu virði, sum vóru hættislig.

Hin kanningin er gjørd av Danmarks Veterinær- og Fødevareforskning, og eisini tey komu til líknandi úrslit, tá tey gjørdur kanningar av gomlum fólki. Staðfest var, at trotið á D-vitamin er stórt í Danmark.

Sambært nýggju norsku kanningini kann avleiðingin

vera, at fólk, ið óttast sólina, í staðin vera rakt av øðrum krabbasløgum við hægri deyðstølum ella øðrum førleikaskerjandi sjúkum.