

Hver anden dansker ved ikke, at UV-stråling er farligt for øjnene

Sammenhængen mellem UV-stråling og hudkræft er et velkendt fænomen for langt de fleste danskere. Men når det kommer til, hvor skadeligt selv samme sollys er for vores øjne, stoler danskerne blindt og fejlagtigt på, at øjnene har superkræfter. Det viser ny undersøgelse, som Danmarks Optikerforening står bag.

Næsten halvdelen af danskerne (45 procent) svarer i ny undersøgelse, gennemført af analyseinstituttet YouGov* på vegne af Danmarks Optikerforening, at de ikke ved, at de kan pådrage øjnene skader uden UV-beskyttelse. Og det skyldes ikke, at vi generelt er uvidende om UV-stråling. Undersøgelsen viser nemlig, at hele 95 procent af danskerne udmærket kender til de skader, UV-strålingen kan påføre huden.

”Tallene taler jo nærmest for sig selv, og de bekræfter desværre også den fornemmelse, de danske optikere længe har haft. Nemlig at rigtig mange danskere faktisk ikke ved, at også øjnene tager skade af UV-strålingen. Solens UV-stråler kan både give smertefulde øjeninflammationer, lede til synsnedværende forandringer på nethinde og i værste fald kræft i og omkring øjnene.

Når de kommer ind for at købe solbriller, drejer det sig primært om pris, pasform og mærke. Men i virkeligheden bør man snakke med sin optiker om, hvilken type UV-beskyttelse man har behov for. Det har intet med hverken pris eller mærke at gøre, men derimod med glassenes farve og grad af UV-filter,” siger Per Michael Larsen, der er formand for Danmarks Optikerforening.

Per Michael Larsen understreger samtidig, at Danmarks Optikerforening vil gå aktivt ind i oplysningskampen for at lære danskerne om de risici og skader, der kan følge med at opholde sig i solen uden at beskytte øjnene:

”Hver anden ved ikke, at de farlige stråler også er farlige for øjnene. Det er efter min mening et alarmerende højt tal, man bør tage alvorligt. Og det viser også, at vi har et stort oplysningsarbejde foran os. Det handler ikke om at sælge flere solbriller. Det handler derimod om at minde folk om, at der er et formål med at have dem på, når man opholder sig i solen, at man skal huske at bruge dem, og at man skal sikre sig, at de beskytter tilstrækkeligt,” siger formanden.

Det femte solråd er på vej

Ikke nok med at 45 procent ikke kender til faren ved UV-strålingen. Endnu flere, næsten 70 procent, bruger ikke eller ved ikke, om de bruger solbriller, der beskytter øjnene mod UV-stråling. 23 procent svarer, at de med sikkerhed ved, at de ikke har solbriller med UV-beskyttelse, mens 45 procent indrømmer, at de ikke har undersøgt, om deres solbriller beskytter deres øjne tilstrækkeligt.

”Det viser med al tydelighed, at danskerne ikke er opmærksomme på eller går op i, om de beskytter deres øjne mod solens farlige stråler. Og jeg tror bestemt ikke, det skyldes mangel på vilje, men derimod mangel på information og viden. Med den viden danskerne har om sammenhængen mellem sol og hudkræft vil det eksempelvis være svært at forestille sig, at forældre vil lade deres børn opholde sig flere timer i solen uden solcreme. Men nu skal vi til at lære dem, at de også skal huske at tænke på de smås øjne, hvad enten det er med en solhat med stor skygge eller et par solbriller,” siger Per Michael Larsen, der kommer med en afsluttende opfordring:

”Udbyg de fire solråd til fem. I dag lever Kræftens Bekæmpelses fire råd i bedste velgående, og det skal de bestemt blive ved med at gøre, men vi vil anbefale, at de får en femte følgesvend, der skal minde os alle om, at det er vigtigt at passe på sine øjne i solen. Så foruden de fire: siesta, solhat, solcreme og sluk solariet, så kunne man tilføje et femte ’S’, nemlig solbriller, slutter han.

** Der er i alt gennemført 1065 CAWI-interview med danskere i alderen 18-74 år, i perioden 30. marts - 2. april 2012.*

For yderligere information, kontakt:

Per Michael Larsen, formand, Danmarks Optikerforening

Tlf.: 45 86 15 33

Mob.: 20 28 82 37

Fakta



Sådan beskytter du dine øjne

- **Brug solbriller der beskytter 100 % mod UVA- og UVB-stråler**, da begge kan skade synet.
- **Overvej hvilke aktiviteter**, du skal bruge dem til. Nogle linser og stel er bedre egnet til bestemte typer af sport og arbejde end andre.
- **Hold dig fra solbriller uden UV-filter**. Dine pupiller udvider sig, når du har mørke solbriller på. Dine øjne modtager derfor mere stråling, end de normalt gør.
- **Husk at solbriller til bilkørsel** ikke må være tonet mere end 90%.
- **Brug solbriller der dækker i siderne**, hvis du bruger meget tid i solen. Kombiner eventuelt med en solhat.
- **I modsætning til huden** er synet mest udsat for UV-stråling tidligt på formiddagen og sidst på eftermiddagen, hvor solen står lavt, og sollyset rammer øjnene mere direkte.
- **Både forår, efterår og af og til vinter** kan solens stråler være skarpe, og her bør du også bære solbriller.

UV-relaterede øjenskader

Solskoldning af øjet

Intens UV-eksponering kan give blodsprængte, hævede og lysfølsomme øjne. Få timer i solen uden beskyttelse er nok til at forårsage midlertidige komplikationer som foto-keratitis, i daglig tale kaldt sneblindhed. Dette svarer til en solskoldning af huden, bare i øjet. Denne tilstand kan være meget smertefuld men går typisk over af sig selv i løbet et døgn eller to.

Grå stær

Uklarheder i øjets linse, som er en væsentlig årsag til synsnedsættelse i Danmark og globalt. Af de 40.000 tilfælde af grå stær som årligt opereres herhjemme, kan op til 20 % af disse ifølge Verdens helseorganisation WHO være forårsaget af UV-stråling.

Kræft

Kræft i øjet og omkring øjenregionen er blandt de typiske komplikationer. Kræft i selve øjet forekommer sjældent, omkring 70-80 tilfælde bliver konstateret om året. Kræft i regionen rundt om øjnene er derimod ikke helt sjælden. 400 danskere opereres hvert år for hudkræft på øjenlåget forårsaget af UV-stråling.

Pterygium

En grålig slimhindefold, som vokser ind over hornhinden fra siden. Hvis folden breder sig, så den strækker sig ind over pupillen, kan det forstyrre synet. Pterygium bliver også kaldt "surfers eye," fordi tilstanden ofte er forbundet en ekstrem eksponering for sol, vand og sand. Behandling afhænger af slimfoldens størrelse og gener.

Aldersrelateret makuladegeneration (AMD)

En sygdom i øjets nethinde, der fører til væsentligt nedsat syn. AMD - aldersforkalkning - er den hyppigste årsag til svært synstab og læseblindhed i Danmark. Makulaen eller "den gule plet" er ansvarlig for, at vi kan se opfatte farver, detaljer og se tredimensionelt. Sygdommen er progressiv og kan ikke stoppes.

Læs mere om synet og UV-stråling på beskytdineojnemodsolen.nu