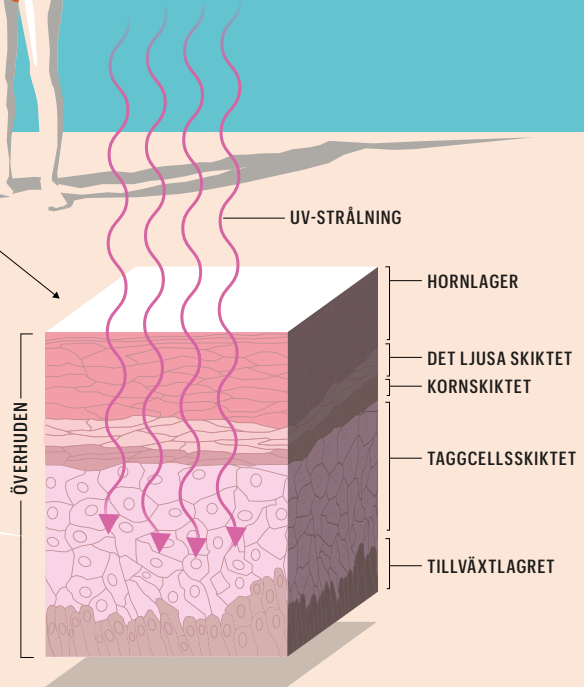
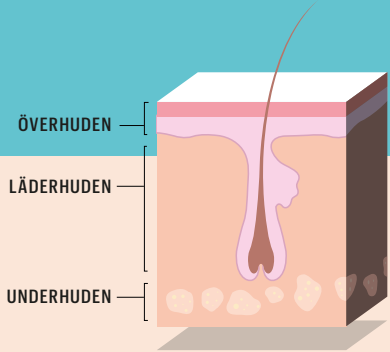


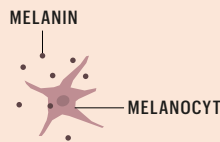
Så funkar solbrännan



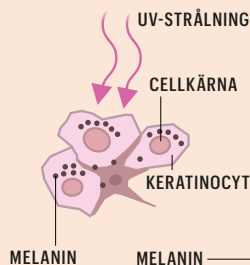
1 Solens UV-strålning tränger ner i överhuden. Dess energi slår sönder kemiska bindningar och orsakar skador i dna. Cellerna har mekanismer för att reparera sådana skador, men processen är inte felfri. Vissa skador blir kvar.



2 Molekyler som uppstår vid dna-skadorna triggas särskilda celler, melanocyter, i överhudens tillväxtlager till att producera pigmentet melanin. Det gör huden mörkare.

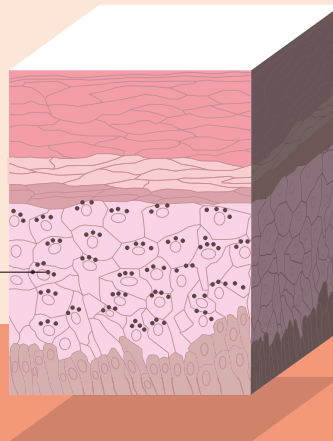


3 Melaninet tas upp av hudceller, keratinocyter, och lägger sig som en solsärm på cellkärnans ovansida. Där blockerar det UV-strålningen och minskar risken för skador på dna. Överhuden ökar också i tjocklek vid solande för att skydda underliggande hudskikt.



CELLERNA RÖR SIG MOT YTAN

I tillväxtlagret skapas ständigt nya hudceller, som långsamt rör sig mot ytan, dör och slutligen nöts av. Det översta lagret består av döda, förhornade celler. För en enskild cell tar förloppet ungefär en månad.



För mycket sol – skador och risker

PÅ KORT SIKT

- Fjällning när överhudens celler dör i snabbare takt.
- Rodnad, svullnad och sveda i läderhuden.

PÅ LÅNG SIKT

- Skadorna i dna ökar risken för hudcancer.*
- Rynkor. Förändringar av proteinet elastin i bindväven gör att huden tappar sin elasticitet.
- Pigmentfläckar. Grupper av melanocyter blir mer aktiva.

* Hudcancer är den snabbast ökande cancertypen i Sverige – förmodligen på grund av våra solvanor. Hudläkarnas råd är att begränsa soltiden, att undvika att sola mitt på dagen när strålningen är som starkast, samt att använda kläder, inte krämer som solskydd. Solskyddskräm är dock ett bra komplement för den hud som inte täcks av kläder.