

# SONCE IN ZDRAVJE



## KORISTNI UČINKI SONCA



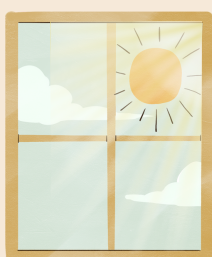
### Nastanek vitamina D



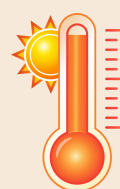
### Dobro počutje



### Svetloba



### Toplota



## ŠKODLJIVI UČINKI UV SEVANJA pri prekomerni izpostavljenosti



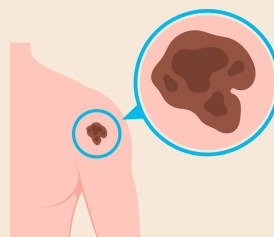
## KOŽA

### Akutni učinki



Opekline

### Kronični učinki



Kožni rak, fotostaranje kože

**Zdrave porjavelosti ni! Zagorela polt je znak, da se koža  
ščiti pred nadaljnjo poškodbo z UV sevanjem.**

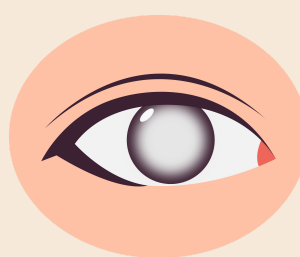
## OČI

### Akutni učinki



Opekline vek, vnetje očesne  
veznice in roženice, snežna  
slepota.

### Kronični učinki



Siva mrena (katarakta), rak  
(veke, veznice, šarenice,  
mrežnice...).

## IMUNSKI SISTEM



UV sevanje zavira delovanje imunskega  
sistema.

**Z IZVAJANJEM SAMOZAŠČITNIH UKREPOV LAHKO POJAV ŠKODLJIVIH UČINKOV  
UV SEVANJA ZMANJŠAMO ALI CELO PREPREČIMO.**

Nosilci programa Varno s soncem: Nacionalni inštitut za javno zdravje,  
Združenje slovenskih dermatovenerologov in Društvo za boj proti raku Celje.