

SONNEN- NEWS

www.solarien-verbaende.de

Noch einmal die Frage des Jahres

Sie stand in der Tageszeitung DIE WELT und lautete „**Wird die vor Krebs schützende Wirkung der Sonne unterschätzt?**“ Der Autor berichtete über Studien in den angesehenen Fachmagazinen „Cancer“ und „New Scientist“. Sie kommen zu dem Ergebnis: Mehr Sonnenkonsum würde in den USA Jahr für Jahr 30.000 Todesfälle durch Krebs vermeiden. Für sage und schreibe dreizehn Krebserkrankungen gibt es Hinweise auf schützende Wirkungen der

UV-Strahlen. Am deutlichsten ist das für Tumoren der Brust, des Darms und der Eierstöcke nachgewiesen. (Eine andere Studie nennt an prominenter Stelle auch den Prostatakrebs). Das Hautkrebsrisiko hingegen erreicht nicht einmal ein Hundertstel dieser Dimensionen. Das führt die Wissenschaft vielleicht zur Frage des Jahres 2004: Wie gesund ist eigentlich gedankenloses Abblocken dieser biopositiv wirkenden Strahlen durch chemischen Lichtschutz?

Wird die vor Krebs schützende Wirkung der Sonne unterschätzt?

Darmkrebs und multiple Sklerose bei UV-Mangel

VON AXEL BOJANOWSKI

Hampton – Die Temperaturen sind gefallen, die Sonne kämpft gegen die Wolken – der Jahrhundertssommer scheint vorbei. Rückblickend überdenkt so mancher, wie sehr er in den vergangenen Monaten wohl

UV-Licht jährlich zu 3000 zusätzlichen Todesfällen durch Hautkrebs in stark besonnten Staaten. Eine gezielte Aufklärung nach Regionen könnte demnach in beiden Fällen Krebserkrankungen vorbeugen.

In seiner Untersuchung fand

Im Winter ist die Sonnenbank doppelt wertvoll

Ganz gleich, ob Kerngesunde oder ganz bestimmte Patientengruppen untersucht werden: Schon Ende Januar ist der natürliche Vitamin D-Spiegel in unseren Regionen um ein Drittel niedriger als zu Beginn der dunklen Jahreszeit. Die Ernährung reicht einfach nicht aus, um die Lücke durch fehlendes Sonnenlicht zu schließen. Der Verzicht auf die eminente Heilkraft vom Himmel bedroht nicht nur den Knochenstoffwechsel. Es gibt unmittelbare Zusammenhänge zu mehreren, besonders gefährlichen Krebsformen, zu Kreislaufleiden und zu Diabetes. Wenn erst einmal Laborwerte des Blutes einen Vitaminmangel dokumentieren, ist es bereits sehr, sehr spät. Natürlich in der Haut entstehendes Vitamin D enthält ein Gemisch aus 20 bis 30 wertvollen Substanzen, die dem künstlich hergestellten Vitamin D weit überlegen sind. Wer im Winter innerhalb von vier Wochen im Solarium etwa sechsmal Sonne tankt, ist, vom Kopf her, garantiert „besser drauf“ – das ist wissenschaftlich bewiesen. Aber sein Körper profitiert vermutlich noch mehr.

DAS GESCHÄFT MIT DEM HAUTKREBS

In der Fachzeitschrift „Der Hautarzt“ schlagen geschäftstüchtige Dermatologen eine Umbenennung vor. Eine bei älteren Menschen auftretende, leicht schuppende Erhebung der Haut (aktinische Keratose) soll künftig „Hautkarzinom“ genannt werden. Weil daraus, wenn sie nicht behandelt werden, in einzelnen Fällen nach zehn Jahren Hautkarzinome entstehen. Diese Hautärzte wissen sehr wohl, dass eine sehr preiswerte lokale Therapie ausreicht, die Keratose erfolgreich zu behandeln. Das sind Kosten, die jede Krankenkasse trägt. Sie bieten jedoch in ihrer Klinik ein sehr teures Bestrahlungsverfahren an – nicht für Kassenpatienten. Und damit der Umsatz stimmt, schlagen sie vor, gleich von „Krebs“ zu reden. Das haben andere Hautärzte bereits mit dem Basaliom gemacht – ein Hautleiden, das der Photobiologe und Lichttherapeut Professor Dr. Friedrich Schröpl schlicht „harmlos“



Lichttherapeut
Professor Dr.
Friedrich Schröpl

nennt. So entstanden die jährlich 120.000 „Hautkrebs-Fälle“, auf die sehr zur Freude der Hersteller von chemischem Lichtschutz immer wieder zum Beginn der Reisesaison dramatisch hingewiesen wird.

Auch ein weiteres Hautleiden (melanotische Präkanzerose) hat man vor Jahren abgeschafft und daraus das Melanom Grad I gemacht. „Also macht man aus uns ein Volk von Hautkrebspatienten, damit man wieder

einmal vor der Sonne warnen kann“, so Professor Schröpl erblast über jene Kollegen, die mit ihren „Achtung, Sonne!“-Aktionen die Kluft zwischen Hautärzten und rat-suchenden Patienten stetig größer werden lassen. Bleibt noch zu erwähnen, dass Dermatologen, damit alles

sekundenschnell geht, bei ihren medizinischen Hautbestrahlungen wesentlich höhere UV-Energien einsetzen als die stärkste Sonnenbank – und dass manche sehr gerne auch die kosmetische UV-Bestrahlung im Angebot haben, gegen Bezahlung natürlich.

Die Chemie bringt's nicht

Auf die Wirkung von Vitamin D-Präparaten zur Stärkung der Knochendichte sollten sich Frauen im gefährdeten Alter (Menopause) nicht unbedingt verlassen! Das ist das Ergebnis einer Studie über mögliche Osteoporose-Schutzeffekte. Bei allen 187 weiblichen Probanden verbesserte sich die Belastbarkeit der Knochen nach Verabreichung der speziellen Tabletten offenbar nicht. Das Frakturrisiko blieb unverändert hoch. Die Orthopäden hatten versucht, Stabilität und Elastizität der Frauenknochen ohne Sonne und Sonnenbank zu sichern, weil sie sich von Anti-Sonne-Parolen ihrer Dermatologenkollegen beeindrucken ließen. Doch es zeigte sich: Chemie kann das Sonnen-Vitamin D nicht wirklich ersetzen.

Am Morgen wirkt Licht am Besten

Schlechtes Wetter macht schlechte Laune. In geschlossenen Räumen und in eher dunkler Umgebung bildet unser Körper verstärkt das Hormon Melatonin. Es ist „schlafanstoßend“ und „stimmungsdrückend“ – so nennt es ein Experte, der weiß, wovon er spricht: Jürgen Zulley, Leiter des schlafmedizinischen Zentrums an der Universitätsklinik Regensburg. Dieser Forscher war einer der ersten in Deutschland, die bei ihrer Arbeit in der Schlaftherapie nachgewiesen haben, dass unser Körper das Lebenselixier Licht auch über die Haut aufnehmen kann, bei geschlossenen Augen. Deshalb ist es ja möglich, sein Gemüt auf der Sonnenbank aufzuhellen. Während wir UV-Strahlung tanken, wird unsere Stimmung besser. Niemand bestreitet das an einem strahlenden Hochsommertag. Schlafforscher Zulley hat gemessen, wann sich unser Körper am intensivsten durch Licht steuern läßt. Seine Antwort: am Morgen. Weil dann der Melatoninspiegel rapide sinkt. Tipp: Jürgen Zulley können Sie am 26. Februar 2004 in der öffentlichen Podiumsdiskussion „Wieviel Sonne braucht der Mensch?“, TU Berlin, 18:00 bis 20:00 Uhr, erleben.



Für den Inhalt verantwortlich: Emmerich Kusztrich

TV Media • Kolpingstraße 3 • 85560 Ebersberg • T 0 80 92 - 86 78 67 • F 0 80 92 - 86 77 7