



LEO Pharma Oy

Kesäkuu 2011

Julkaisuvapaa 16.6.2011 kello 11.00

Aurinkokeratoosi on ihon okasolusyövän esiaste

Auringon säteilyn on arvioitu aiheuttavan Suomessa yli 70 % ihosyövistä. Ihosyöpien tavallisimmat muodot ovat ei-melanooma ihosyövät eli okasolu- ja tyvisolusyöpä sekä melanooma eli tummasolusyöpä. UV-säteilyaltistuksella on selvä yhteys kaikkiin näihin ihosyöpätyyppeihin.

Yleisin ihosyöpä on basalioma eli tyvisolusyöpä, joka on harvoin vaarallinen. Kaikki ihon basaliomat eivät päädy tilastoihin muiden syöpien tapaan. Tapausten määrän arvioidaan olevan yli 10 000 tapausta vuodessa. Basalioman hoidoksi riittää yleensä asianmukainen paikallinen hoito, koska tauti ei juuri lähetä etäispesäkkeitä. Useimmiten basalioma hoidetaan leikkauksella.

Okasolusyöpä on ihon keratinosyyttien pahanlaatuinen kasvain. Se on toiseksi tavallisin ihosyöpätyyppi, ja niitä löydetään Suomessa vuosittain noin 900 tapausta.

Aurinkokeratoosi on auringon UV-säteilyn aiheuttama okasolusyövän esiaste, joka kehittyy vuosien aikana aurinkoa saaneille ihoalueille, kuten päänahkaan, kasvoihin, kämmenselkään ja käsivarsiin. Aurinkokeratoosi aiheuttaa pieniä punaisia ja satunnaisia valkoisia karheita läikkiä, jotka voivat olla aristavia tai kutiavia.

Okasolusyövän tai sen esiasteen eli aurinkokeratoosin diagnoosi selvitetään yleisimmin kudostutkimuksella.

Aurinkokeratoosia on yleensä yli 60-vuotiailla, mutta diagnooseja tehdään enenevästi myös alle 40-vuotialle kaikkialla maailmassa.

Iho muistaa

Iho muistaa saamansa UV-säteilyn määrän, ja siksi aurinkokeratoosia esiintyy enemmän vanhemmilla ihmisillä. Sekä auringosta saatu UV-säteily että solariumeista saatu säteily aiheuttavat ihon vanhenemista, silmävaurioita, ja ne edistävät ei-melanooma ihosyöpien kehittymistä.

LEO Pharma Oy

Äyritie 12 B
01510 VANTAA

Puhelin 020 721 8440
Fax 020 721 8441

E-mail info.fi@leo-pharma.com
Internet www.leo-pharma.fi

Y-tunnus 0807589-1



LEO Pharma Oy

Kesäkuu 2011

Julkaisuvapaa 16.6.2011 kello 11.00

Aurinkokeratoosia hoidetaan yleensä paikallisilla hoidoilla, nestetyyppihoidolla, valoaktiivihoidolla ja harvoin leikkauksella. Varhainen diagnoosi on hoidon kannalta tärkeä; hoidettu aurinkokeratoosi ei kehity varsinaiseksi ihosyöväksi.

Aurinkokeratoosia ja edelleen okasolusyöpää voi ehkäistä suojautumalla UV-säteilyltä ja liialliselta auringonotolta. Ulkoilulajeja harrastavien ja ulkona työtä tekevien pitäisi suojautua liialliselta auringolta, erityisesti keskipäivällä, sillä vuorokauden aikana kertyvästä UV-annoksesta noin puolet tulee kello 11–15 välillä. Aurinkolasit ja aurinkovoide, aurinkohattu ja suojaavat vaatteet estävät liiallista altistumista auringolle.

Suojautumistarpeen arviointia varten käytetään kansainvälistä UV-indeksiä, joka ilmoittaa auringon haitallisen UV-säteilyn määrän yhdellä luvulla. Ilmatieteen laitos laatii tiedotteita havaituista ja ennustetuista UV-indeksitasoista Suomessa.

Kansainvälinen UV-indeksi mittaa UV-säteilyn voimakkuutta asteikolla 1-15. UV-indeksin arvo 6 ja sen ylittävät arvot tarkoittavat voimakasta ja yli 8 ja siitä ylöspäin hyvin voimakasta säteilyä. Auringolta on syytä suojautua, kun UV-indeksi on yli 3.

Aurinkokeratoosia pitää varoa erityisesti, jos on herkkä iho, joka palaa helposti tai on altistunut vuosien aikana UV-säteilylle, on iältään yli 40-vuotias ja jos immuunijärjestelmä on herkkä esim. elinsiirron takia.

D-vitamiini ja aurinko

Aurinko on tunnetusti tärkeä D-vitamiinin lähde. UV-säteily saa aikaan D-vitamiinin muodostusta iholla, ja ihon kyky tuottaa D-vitamiinia riippuu aurinkoaltistuksesta. On tärkeää huomata, että pitkä aurinkoaltistus ei tuota ylimääräistä D-vitamiinia. Kesällä 10 minuuttia auringossa käsille ja kasvoille riittää riittävän D-vitamiinimäärän tuottamiseen.

Talvella D-vitamiinin saanti on hyvä turvata syömällä riittävästi rasvaista kalaa, maito- ja meijerituotteita tai ottamalla D-vitamiinilisää.

Suojaava aurinkovoide ei estä kokonaan auringon säteilyvaikutusta, ja iho tuottaa tarpeellisen määrän D-vitamiinia myös aurinkovoiteen kanssa. Ihon polttamisesta ei ole hyötyä myöskään D-vitamiinin muodostumisen kannalta, sillä ihon palaessa D-vitamiini alkaa hajota.

LEO Pharma Oy

Äyritie 12 B
01510 VANTAA

Puhelin 020 721 8440
Fax 020 721 8441

E-mail info.fi@leo-pharma.com
Internet www.leo-pharma.fi

Y-tunnus 0807589-1



LEO Pharma Oy

Kesäkuu 2011

Julkaisuvapaa 16.6.2011 kello 11.00

Tarkista iho

Iholla olevia luomia ja läiskiä pitäisi tarkkailla säännöllisesti. Jos luomissa tai läiskissä havaitsee muutoksia tai iholle ilmaantuu epätavallisia karheita alueita, ne pitää tarkistuttaa lääkäriellä.

Myyttejä ja faktoja auringosta ja ihosta

Myytti	Fakta
Iho ei voi palaa pilvisellä säällä.	Jopa 90 % auringon UV-säteilystä voi läpäistä ohuen pilvikerroksen.
Rusketus on terveyden merkki.	Rusketus on ihon puolustautumiskeino UV-säteilyn haitallisia vaikutuksia vastaan. Rusketus ei anna riittävää suojaa auringolta.
Iho ei pala uudessa.	Veden alla oleminen antaa vain vähän suojaa: puolen metrin syvyydessä vesi päästää lävitseen noin 40 % UV-säteilystä. Veden heijastus lisää vain hiukan UV-säteilyn määrää.
Talvella aurinko on turvallinen.	UV-säteilyä on talvella yleisesti vähemmän, mutta lumi lisää säteilyannosta erityisesti korkealla. Tuore lumi voi heijastaa yli 80 % UV-säteilystä ja UV-indeksi nousee noin 10 % kilometrin nousua kohden.

LEO Pharma Oy

Äyritie 12 B
01510 VANTAA

Puhelin 020 721 8440
Fax 020 721 8441

E-mail info.fi@leo-pharma.com
Internet www.leo-pharma.fi

Y-tunnus 0807589-1



LEO Pharma Oy

Kesäkuu 2011

Julkaisuvapaa 16.6.2011 kello 11.00

Jos ei tunne auringon lämpöä, iho ei pala.	Auringonpolttama ei johdu auringon lämmöstä, vaan UV-säteilystä, jota ei voi tuntea iholla. Lämmön tunne aiheutuu infrapuna- eli lämpösäteilystä ja näkyvästä valosta.
Aurinkosuojavoide auttaa ihoa sietämään enemmän aurinkoa.	Suojavoiteita ei ole tarkoitettu auringossa oleskelun pitkittämiseen, vaan suojaamaan ihoa siltä terveysriskiltä, jonka UV-säteilylle altistuminen aiheuttaa. Aurinkosuojavoiteen oikea käyttö vaikuttaa huomattavasti siitä saatavaan tehoon.

Asiatiedot

Ilmatieteen laitos: www.fmi.fi

Maailman terveysjärjestö WHO:

<http://www.who.int/mediacentre/factsheets/who271/en/>

Syöpäjärjestöt: www.cancer.fi

Säteilyturvakeskus: www.stuk.fi

Säteily- ja ydinturvallisuuskatsauksia: Ultraviolettisäteily ja ihminen, STUK 2008

LEO Pharma Oy

Äyritie 12 B

01510 VANTAA

Puhelin 020 721 8440

Fax 020 721 8441

E-mail info.fi@leo-pharma.com

Internet www.leo-pharma.fi

Y-tunnus 0807589-1