

[Akceptuje](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)
[.net](#)
[Innowacje](#)
[Nauka](#)
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

Stosowanie kremów z filtrem zapobiega starzeniu

Codziennie używanie kremów z filtrem może być jednym z czynników opóźniających starzenie się skóry - sugerują australijskie badania, opisane w magazynie "Annals of Internal Medicine".

Badacze zauważyli, że osoby, które aplikowały codziennie porcję kremu z filtrem chroniącym przed promieniowaniem, miały mniej zmarszczek, niż te, które nie używały go regularnie.



Tego typu kremy najwyraźniej nie tylko osłaniały skórę przed promieniami ultrafioletowymi, ale i chroniły ją przed widocznymi oznakami upływającego czasu. Dorośli przed 55. rokiem życia, którzy częściej sięgali po krem, mieli o 24 proc. mniej oznak starzenia niż użytkownicy okazjonalni.

Autorka badania dr Adele Green z Queensland Institute of Medical Research w Brisbane podkreśla, że regularne używanie kremów przez osoby młode i w średnim wieku może mieć nie tylko znaczenie dla wyglądu, ale i - długoterminowo - dla zmniejszenia ryzyka zapadnięcia na raka skóry.

W ramach badania przyglądano się 900 Australijczykom w wieku 25-55 lat. Połowa wcierała codziennie rano w twarz, szyję i ręce krem z filtrem przeciwsłonecznym (z ang. sun-protection factor) SPF 15 lub wyższym. Pozostałym powiedziano, że mogą sami zdecydować o częstotliwości jego używania. Na początku badania określono poziom starzenia się skóry uczestników na podstawie wyglądu ich dłoni, które oceniono znów po 4,5 roku.

Badacze oceniają, że uczestnicy, których poproszono o codzienne stosowanie kremu, mieli o 24 proc. mniejszą szansę na pogłębianie się oznak starzenia w porównaniu z pozostałymi.

Powiązanie utrzymywało się, nawet kiedy wykluczono inne czynniki - jak palenie papierosów, wystawianie się na działanie promieni słonecznych w przeszłości, kolor skóry, a także stosowanie innych metod ochrony przed słońcem, np. noszenie kapelusza. Badano też efekt związany z przyjmowaniem suplementu diety z beta-karotenem, ale nie wykazano jego powiązania ze starzeniem się skóry.

Dermatolog z Washington Institute of Dermatologic Laser Surgery dr Elizabeth L. Tanzi przyznała, że *"to dobrze udokumentowane badanie potwierdza to, co dermatolodzy obserwują w swoich gabinetach od lat"*. *"Właściwa aplikacja kremu z filtrem może opóźnić efekty starzenia"* - powiedziała portalowi LiveScience, choć jej zdaniem jednym z ograniczeń jest krótki okres badania.

Źródło: www.naukawpolsce.pap.pl
<http://laboratoria.net/aktualnosci/18108.html>



02-07-2024

[Ekran dotykowy bez problematycznego indu](#)

Tańsze i bardziej przyjazne środowisku.



02-07-2024

[Świat atomów i cząsteczek](#)

Jak dzięki różnym metodom obrazowania zobaczyć "całego słonia"



02-07-2024

[Żyjemy w czasach multitożsamości](#)

Ekspert o mediach społecznościowych.



02-07-2024

DLaczego Polki rzadziej jedzą mięso niż Polacy?

Równość płci może mieć związek ze swobodą wyboru tego, co się je.



02-07-2024

Co 3 osoba dorosła zagrożona chorobami z powodu braku ruchu

Alarmuje Światowa Organizacja Zdrowia.



02-07-2024

Cynk może pomóc chronić uprawy przed zmianami klimatu

Informuje "Nature".



02-07-2024

Tancerze są mniej neurotyczni niż ogół

populacji

Jednocześnie są bardziej ugodowi i ekstrawertyczni.



02-07-2024

Rząd planuje, aby minister mógł odwołać dyrektora NCBR

Dyrektor Narodowego Centrum Badań i Rozwoju będzie mógł zostać odwołany.

Informacje dnia: [Ekrany dotykowe bez problematycznego indu](#) [Świat atomów i cząsteczek](#) [Żyjemy w czasach multitożsamości](#) [Dlaczego Polki rzadziej jedzą mięso niż Polacy? Co 3 osoba dorosła zagrożona chorobami z powodu braku ruchu](#) [Cynk może pomóc chronić uprawy przed zmianami klimatu](#) [Ekrany dotykowe bez problematycznego indu](#) [Świat atomów i cząsteczek](#) [Żyjemy w czasach multitożsamości](#) [Dlaczego Polki rzadziej jedzą mięso niż Polacy? Co 3 osoba dorosła zagrożona chorobami z powodu braku ruchu](#) [Cynk może pomóc chronić uprawy przed zmianami klimatu](#) [Ekrany dotykowe bez problematycznego indu](#) [Świat atomów i cząsteczek](#) [Żyjemy w czasach multitożsamości](#) [Dlaczego Polki rzadziej jedzą mięso niż Polacy? Co 3 osoba dorosła zagrożona chorobami z powodu braku ruchu](#) [Cynk może pomóc chronić uprawy przed zmianami klimatu](#)

Partnerzy