

[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>



12-09-2023

[SMA: tu naprawdę nastąpił przełom w leczeniu](#)

Nowoczesne leczenie przywróciło nadzieję na lepsze życie.



12-09-2023

[Być może twój bliźniak genetyczny czeka!](#)

Co piąty potrzebujący przeszczepu szpiku nie znajdzie dawcy, ale może być inaczej.



12-09-2023

[Co działa przeciw demencji?](#)

Polscy naukowcy wśród tych, którzy to sprawdzają.



12-09-2023

[Choroby autoimmunologiczne](#)

Czy warto zmienić dietę?



12-09-2023

[Antyoksydanty mogą szkodzić](#)

Zbyt duże stężenie tych substancji m.in. wspiera rozwój... nowotworów.



12-09-2023

[Zapytaj fizyka o symetrie](#)

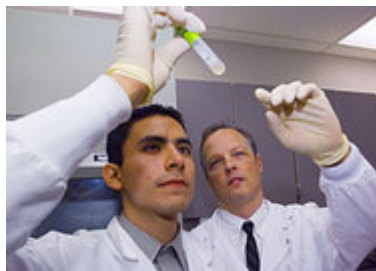
To kolejny wykład w ramach popularnonaukowego cyklu: "Zapytaj Fizyka".



12-09-2023

[Dwóch naukowców z Polski laureatami prestiżowych grantów](#)

Przyznawanych przez Europejską Radę ds. Badań Naukowych.



12-09-2023

[Terapia mikroRNA hamuje wzrost guzów](#)

Naukowcy przetestowali terapię atakującą raka z pomocą cząsteczek RNA.

Informacje dnia: [SMA: tu naprawdę nastąpił przełom w leczeniu](#) [Być może twój bliźniak genetyczny czeka!](#) [Co działa przeciw demencji?](#) [Choroby autoimmunologiczne](#) [Antyoksydanty mogą szkodzić](#) [Zapytaj fizyka o symetrię](#) [SMA: tu naprawdę nastąpił przełom w leczeniu](#) [Być może twój bliźniak genetyczny czeka!](#) [Co działa przeciw demencji?](#) [Choroby autoimmunologiczne](#) [Antyoksydanty mogą szkodzić](#) [Zapytaj fizyka o symetrię](#) [SMA: tu naprawdę nastąpił przełom w leczeniu](#) [Być może twój bliźniak genetyczny czeka!](#) [Co działa przeciw demencji?](#) [Choroby autoimmunologiczne](#) [Antyoksydanty mogą szkodzić](#) [Zapytaj fizyka o symetrię](#)

Partnerzy