

### [Akceptuję](#)

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](#)

## Witamina D powstaje nawet przy stosowaniu kremu z filtrem UV

Badania z udziałem ochotników spędzających urlop na Teneryfie pokazało, że kremy z filtrami przeciwsłonecznymi pozwalają na produkcję dużych ilości witaminy D. Więcej

**powstawało jej jednak przy użyciu filtra łatwiej przepuszczającego bardziej szkodliwe promienie UV-B.**

Choć kremy przeciwsłoneczne stały się bardzo popularne ze względu na zagrożenie rakiem skóry, to pojawiają się obawy, że blokowanie promieniowania UV uniemożliwia prawidłową produkcję witaminy D.

Powstaje ona bowiem w skórze właśnie pod wpływem części promieni ultrafioletowych oznaczanych jako UV-B.

Autorzy nowej pracy opublikowanej na łamach „British Journal of Dermatologystudy” twierdzą jednak, że nie ma powodu do obaw.

Badacze zmierzili produkcję witaminy D u osób spędzających tygodniowe wakacje na Teneryfie. Pogoda była słoneczna, a promieniowanie UV silne.

Okazało się, że mimo kremu, w tych warunkach skóra ochotników produkowała odpowiednie ilości witaminy.

„Działanie promieni UV to główne źródło witaminy D. Kremy z filtrem przeciwsłonecznym mogą zapobiegać poparzeniom i rakowi skóry, ale pojawiało się wiele wątpliwości odnośnie ich działania na produkcję witaminy D” - zwraca uwagę autor publikacji prof. Antony Young z King’s College London.

„Nasze badanie prowadzone na Teneryfie w czasie doskonałej pogody pokazało, że filtry przeciwsłoneczne, nawet używane w optymalny sposób, aby zapobiec poparzeniom, pozwalały na doskonale wytwarzanie witaminy D” - opowiada badacz.

Okazało się jednak, że wyraźnie więcej witaminy powstawało przy użyciu kremów w większej mierze zatrzymujących promienie UV-A, a przepuszczające więcej promieni UV-B.

Niestety, ta druga frakcja jest jednocześnie groźniejsza, ponieważ m.in. zwiększa ryzyko powstania złośliwych nowotworów skóry.

Źródło: pap.pl

<http://laboratoria.net/aktualnosci/29014.html>



22-05-2019

## **Odwrócona osmoza w przedsiębiorstwach - czyli standard a nie kaprys**

Odwrócona osmoza, ultrafiltracja - techniki uzdatniania wody w kontekście przemysłowym stają się

coraz ważniejsze.



20-05-2019

## [Glukozamina może zapobiegać chorobom serca](#)

Zawierające glukozaminę suplementy diety, sprzedawane jako pomocne w dolegliwościach stawów, wydają się obniżać ryzyko chorób serca.



20-05-2019

## [Oglądanie telewizji skraca dzieciom sen](#)

Dzieci w wieku przedszkolnym, które oglądają telewizję dłużej niż godzinę dziennie, śpią znacznie krócej w porównaniu z rówieśnikami, którzy spędzają przed ekranem mniej czasu.



20-05-2019

## [Antyewolucyjne leki na raka](#)

Leki, które mają powstrzymać proces uodparnianie się nowotworów na leczenie, mogą się pojawić w ciągu dziesięciu lat.



17-05-2019

## **Kawosze są wrażliwi na zapach kawy**

Osoby, które regularnie piją kawę, potrafią wyczuć zapach nawet znikomych ilości ich ulubionego napoju.



17-05-2019

## **Najlepszy przyjaciel wirusa grypy: niska wilgotność powietrza**

Ludzie częściej chorują na grypę, a nawet umierają z jej powodu, właśnie w miesiącach zimowych - to niska wilgotność powietrza.



17-05-2019

## **Badania profilaktyczne ratują życie**

Regularne wykonywanie badań profilaktycznych w kierunku nowotworów pozwala wcześniej wykryć chorobę i uratować życie.



15-05-2019

## [Migrena może sprzyjać powikłaniom ciąży](#)

U kobiet, które cierpią na migrenę, częściej dochodzi do powikłań ciąży - informuje pismo „Headache”.

**Informacje dnia:** [Odwrócona osmoza w przedsiębiorstwach - czyli standard a nie kaprys](#) [Glukozamina może zapobiegać chorobom serca](#) [Oglądanie telewizji skraca dzieciom sen](#) [Antyewolucyjne leki na raka](#) [Kawosze są wrażliwi na zapach kawy](#) [Najlepszy przyjaciel wirusa grypy: niska wilgotność powietrza](#) [Odwrócona osmoza w przedsiębiorstwach - czyli standard a nie kaprys](#) [Glukozamina może zapobiegać chorobom serca](#) [Oglądanie telewizji skraca dzieciom sen](#) [Antyewolucyjne leki na raka](#) [Kawosze są wrażliwi na zapach kawy](#) [Najlepszy przyjaciel wirusa grypy: niska wilgotność powietrza](#) [Odwrócona osmoza w przedsiębiorstwach - czyli standard a nie kaprys](#) [Glukozamina może zapobiegać chorobom serca](#) [Oglądanie telewizji skraca dzieciom sen](#) [Antyewolucyjne leki na raka](#) [Kawosze są wrażliwi na zapach kawy](#) [Najlepszy przyjaciel wirusa grypy: niska wilgotność powietrza](#)

### Partnerzy



- 
- [Baza wiedzy](#)
- [Forum](#)
- [Humor](#)
- [Regulamin](#)
- [Oferta reklamy](#)
- [O nas](#)
- 

Copyright © 2013 by Laboratoria.net | Aktualizacja: 22.05.2019 10:56