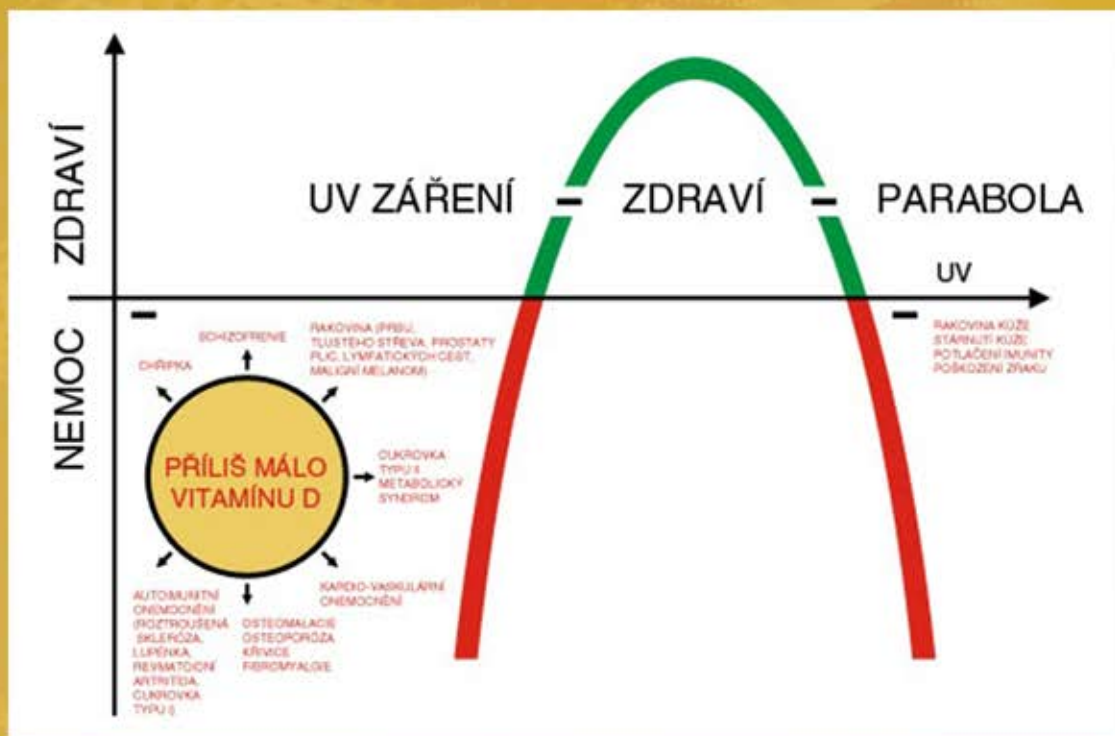


# RADY A TIPY

## JAK SE SPRÁVNĚ OPALOVAT?

Je opalování zdravé či nikoliv? Vše záleží na míře, s jakou tak činíme. Mírné opalování je zdravé a prospěšné, protože vytváří pro dobré zdraví nezbytný Vitamin D. Naopak spálení kůže a nadměrné opalování může kůži poškodit. Proto je vždy důležité se za každou cenu vyvarovat spálení kůže. A naopak, opalovat se mírně - tak, aby tělo získalo dostatečné množství Vitaminu D pro naše zdraví a Vy nádherné jemné opálení.



## Jak chránit tetování v soláriu?

Pokud je tetování čerstvé a kůže není plně zregenerována neměla by se UV záření vystavovat. Pokud je již tetování starší a kůže plně pořádku a chcete si toto místo chránit, postupujte stejně jako když se opalujete na sluníčku. V našem studiu nabízíme speciální krémy nebo tyčinky určené přímo na tetovanou kůži. Tetování lze i překrýt ručníkem nebo pod tričko. Na ostatní části těla používejte kvalitní krém do solária. Ve studiu Vám rádi poradí.

# SLUNEČNÍ SVĚTLO

Čtyři základní přírodní živly, na kterých závisí náš život, jsou vzduch, voda, půda a sluneční záření. Kdybychom jeden z těchto živlů neměli, přestali bychom jako lidstvo existovat.

**Bez slunce není život - ale příliš mnoho slunce také není dobré.**

Sluneční světlo „ultrafialové záření“ - UVC, UVB a UVA je vyzařováno sluncem a UV-trubicemi. UVC záření, které je pro lidi nebezpečné, je ozónovou vrstvou v horní části atmosféry a v UV trubicích zcela odfiltrováno. Část UVB záření (může způsobit spálení kůže a poškození očí) a UVA záření dopadá na zemský povrch. Jeho síla závisí na úhlu dopadu – geografické poloze, ročním období a denní době.

UV paprsky jsou neviditelné. O prázdninách jsou lidé často vystaveni různé intenzitě slunečního záření, často bez znalosti jeho aktuální síly.

Trubice v soláriu simulují slunce a vyzařují UVA a UVB záření. Jdou ale ještě o krok dál, protože mají kontrolovaný výkon a vyvážené spektrum záření, minimalizují riziko spálení kůže a maximalizují opalovací efekt. Jak všichni víme, slunce nelze regulovat.

Výroba solárních trubic je neustále přizpůsobována novým vědeckým výzkumům a poznatkům o účincích UV záření.

## ZÁŘENÍ UV ZPŮSOBUJE RŮZNÉ FOTOCHEMICKÉ REAKCE:

Při nepřímé (zpožděné) pigmentaci způsobuje záření UV-B mezi 280 a 315 nm aktivaci melanocyt U, ve spojení s tyrozinem tvorbu pigmentu melaninu. Nově vytvořený a nejprve ještě slabě zbarvený melanin se transportuje přes kanály a do povrchu kůže. Pro tento proces je dostatečné dávkování UV-B pod prahem zrudnutí kůže (sluneční úpal). Kromě nutnosti v procesu hnědnutí je záření UV-B odpovědné za tvorbu takzvaných světelných mozolů, ztluštění rohové pokožky, které kromě vlastního ztmavnutí kůže působí jako ochrana proti UV záření.

Přímá pigmentace (okamžité zhnědnutí) nastupuje bezprostředně po působení světla bez slunečního úpalu. Je vyvoláno zářením UV-A (až do 400 nm) a zůstává zachováno až 24 hodin. Přímá pigmentace vzniká oxidací a pozdějším ztmavnutím slabě zbarveného předstupně melaninu. Teprve souhrou záření UV-B a UV-A – tvorba pigmentu a tmavnutí pigmentu se dociluje dlouhodobě přetrvávající krásné kosmetické zhnědnutí bez spálení kůže.

## SOUHRN FUNKCÍ ZÁŘENÍ UV-B:

Záření UV-B (280-315 nm) je odpovědné za aktivaci melanocytů pro tvorbu melaninu (nepřímá pigmentace) a při předávkování za zrudnutí kůže (erytrém).

## SOUHRN FUNKCÍ ZÁŘENÍ UV-A:

Záření UV-A (315-400 nm) je odpovědné za přímou pigmentaci (okamžitě zhnědnutí).

