

# ”Hudcancer femfaldigad bland solande svenskar”

Publicerat 2009-05-12 00:50

**Forskare varnar för ovetenskapliga råd om att sola mer: Utvecklingen av hudcancer i Sverige är alarmerande. Var femte svensk drabbas statistiskt sett av hudtumörer. Antalet fall accelererar. Omkring 40 000 svenskar får hudcancer i någon form, ungefär 500 dör i sjukdomen varje år. Förekomsten av malignt melanom har femfaldigats i vårt land. Männens dödstal i sjukdomen har ökat med 40 procent och bland kvinnorna med 20 procent. Att då uppmana människor att sola mer för att öka produktionen av D-vitamin i kroppen är både ovetenskapligt och oetiskt. Att sola på solarier ger inga tillskott alls av D-vitamin men ökar risken för hudcancer. Det skriver Ann-Louise Eksborg, generaldirektör på Strålsäkerhetsmyndigheten, Lars-Erik Holm, generaldirektör på Socialstyrelsen, och Bengt Westermark, professor och ordförande i Cancerfondens forskningsnämnd.**

Våra solvanor är främsta orsaken till att hudcancer är den snabbast ökande cancerformen i Sverige. Var femte svensk drabbas statistiskt sett av hudtumörer och antalet nya fall accelererar, även bland yngre. Därför är det dags att skilja åsikter och tyckande från vetenskapligt grundade rekommendationer i frågan om solning och D-vitamin. Att uppmana människor att sola mer och utsätta sig för cancerogen UV-strålning är både ovetenskapligt och oetiskt.

Vid några tillfällen det senaste året har en liten grupp forskare i medier fört fram att tidigare rön om att solandet skulle vara farligt nu ställts på ända. Eftersom solens UV-strålar ökar produktionen av D-vitamin i kroppen, ett vitamin som stärker skyddet mot vissa sjukdomar, så bör människor – tvärtemot myndigheternas gällande rekommendationer – uppmanas att sola mera, anser dessa forskare.

Denna bild av kunskapsläget välkomnas säkert av många soldyrkare men är grovt felaktigt och riskerar att leda till att fler svenskar drabbas av hudcancer.

**Utvecklingen av hudcancer** i Sverige är alarmerande. Sverige ligger redan tillsammans med Norge i topp i Europa när det gäller nya sjukdomsfall per år, och antalet fortsätter att accelerera.

I Sverige får varje år omkring 40 000 personer hudcancer av någon typ och ungefär 500 dör i sjukdomen. Enligt världshälsoorganisationen, WHO, är UV-strålning orsaken till 80–90 procent av all hudcancer. Förekomsten av malignt melanom har femfaldigats i Sverige de senaste 50 åren.

Den främsta orsaken till ökningen är våra ändrade solvanor. Allt fler svenskar reser på solsemester till ett tropiskt land under vintern. Eftersom de flesta svenskar har ljus hy är vi mera känsliga för solen och får lättare brännskador än till exempel sydeuropéer.

**I alla åldersgrupper ökar malignt melanom bland både män och kvinnor. Antalet nya fall av malignt melanom ökade med 3,6 procent per år för män och med 3,8 procent per år för kvinnor under tioårsperioden 1998–2007. Dödligheten i malignt melanom har ökat under flera decennier. Männens dödstal i sjukdomen har sedan 1987 ökat med 40 procent och kvinnornas med 20 procent.**

**Ett annat argument som förts fram av solivrarna är att solarier skulle kunna vara en kompletterande D-vitaminkälla. Även detta är felaktigt. Solariernas UV-strålning har en annan sammansättning än solen. De har en högre andel strålning av typen UVA, som inte stimulerar produktionen av D-vitamin men däremot ökar risken för hudcancer.**

Den statliga utredningen ”En nationell cancerstrategi för framtiden”, som generaldirektör Kerstin Wigzell presenterade i februari i år, framhåller överdriven exponering för UV-strålning som en av de stora livsstilsrelaterade orsakerna till cancer i Sverige. Andra exempel som nämns är tobaksrökning, brist på fysisk aktivitet och hög alkoholkonsumtion.

Utredningen lyfter fram preventiva insatser mot cancer som den viktigaste faktorn för att kunna uppnå vinster i människoliv och minskat lidande. Samhället måste öka sina investeringar i förebyggande insatser, slår utredaren

fast.

**Strålsäkerhetsmyndigheten (SSM)** och föregångaren Statens strålskyddsinstitut (SSI) arbetar sedan länge med att öka medvetenheten om riskerna med solande hos allmänheten, med särskild betoning på barn, föräldrar och skolpersonal. Ett exempel är ”En bok om solen”, skriven av författaren Pernilla Stafelt och framtagen av SSI, som används i undervisningen av elever i förskola och årskurs ett runt om i landet. Ett annat exempel är SSM:s samarbete med Svenska Livräddningssällskapet, som förutom att ge barn simkunskaper numera även lär ut ”solvett” – hur man njuter av solen utan att bränna sig.

**Cancerfonden arbetar i sin roll som ideell organisation sedan länge för att öka kunskapen bland befattningshavare och allmänhet om betydelsen av prevention för att nå målet att färre människor ska drabbas av cancer.**

**Men ensamma kan vi inte göra detta arbete, för att nå hela vägen fram krävs det nationella krafttag. Den nationella cancerstrategin måste snabbt omsättas i handling så att Sverige får tydliga mål för cancerprevention.**

De enkätundersökningar som SSM/SSI återkommande gör visar att informationen når fram: omkring 98 procent av svenskarna vet numera att det finns ett samband mellan solens UV-strålar och hudcancer. Men för att långsiktigt få ned antalet fall av hudcancer kommer det att krävas ett utökat informationsarbete i kombination med ökade satsningar på bland annat tidig diagnostik av hudcancer i vården.

**Nyckelord för att lyckas** är vetenskaplig förankring och tydlighet. De råd som förts fram om att människor bör sola mer för att öka produktionen av D-vitamin i kroppen är däremot både vetenskapligt tvivelaktiga och direkt skadliga.

Att det finns flera kända, positiva hälsoeffekter av D-vitamin är känt sedan länge. Det är därför vi i Sverige berikar mat med D-vitamin för att på ett säkert och kontrollerat sätt se till att människor får den nödvändiga dosen av vitaminet.

**Vi anser, liksom bland annat världshälsoorganisationen, WHO, att människor genom normal utevistelse och med vitaminberikad kost på vinterhalvåret som komplement väl kan täcka behovet av D-vitamin. Människor bör även i fortsättningen avrådas från överdrivet solande eftersom det ökar risken för hudcancer.**

**Ann-Louise Eksborg**

**Lars-Erik Holm**

**Bengt Westermark**

© Detta material är skyddat enligt lagen om upphovsrätt.