

# Sundhedsstyrelsen fraråder brug af solarie

## Brug af solarie øger risikoen for hudkræft

### Gå aldrig i solarie, hvis:

- du er under 18 år
- du ofte blev solskoldet som barn
- du eller din nærmeste familie har haft hudkræft
- du tager medicin, som gør huden lysfølsom
- din hud er lys eller fregnet
- du let eller altid bliver solskoldet
- du allerede er solskoldet
- du har mange modermærker eller misfarvede pletter

### Hvis du alligevel går i solarie – så tag forholdsregler!

- Gå kun i solarie, hvis du sjældent eller aldrig bliver solskoldet.
- Brug beskyttelsesbriller og beskyt ar, tatoveringer, kønsdele og andre følsomme hudområder.
- Tag aldrig en dobbelttur i solariet.
- Brug ikke makeup eller bodylotion, der kan forstærke virkningen af solariet.
- Undlad at solbade udendørs samme dag, som du går i solarie.

### Kontakt din læge, hvis:

- du er i tvivl om brugen af medicin, når du tager sol
- et modermærke forandrer sig eller begynder at klø, eller du oplever andre usædvanlige hudforandringer

## Advarsel

Brug af solarie øger risikoen for modermærkekræft og almindelig hudkræft.

Brug af solarie kan også forårsage permanente skader på øjne og hud, og din hud kan ældes hurtigere.

Risikoen stiger, jo yngre du er, når du begynder at gå i solarie.

Jo oftere du går i solarie, jo større er risikoen.



Læs mere på:  
[www.sst.dk/solariebrug](http://www.sst.dk/solariebrug)