

[Home](#) » [Здоров'я](#) » [Дерматологи попередили про небезпеку моди на бронзову шкіру](#)

Дерматологи попередили про небезпеку моди на бронзову шкіру

 КОЛОМІЄЦЬ НАДІЯ — 24 Травня 2026, 18:21 ⌚ 1 Min Read — [ЗДОРОВ'Я](#) Важливі новини щодня — додайте «Експерт» в улюблені джерела Google

Лікарі заявили, що засмага не є ознакою здорової шкіри, а навпаки — свідчить про її ушкодження ультрафіолетом. За словами дерматологів, навіть легкий бронзовий відтінок запускає процеси старіння та підвищує ризик раку шкіри.

Фахівці пояснюють, що потемніння шкіри є захисною реакцією організму на ультрафіолетове випромінювання. Про це повідомляє [Women's Health](#).

Дерматолог Ніколь Лі наголосила, що засмага виникає через ушкодження ДНК клітин шкіри. У відповідь організм починає активніше виробляти меланін, який частково захищає тканини від подальшого впливу сонця.

Лікарі пояснили, що UVA-промені прискорюють старіння шкіри та провокують зморшки, а UVB можуть викликати опіки та збільшують ризик розвитку раку шкіри. При цьому солярії мають такий самий небезпечний вплив, як і природне сонце.

Фахівці попереджають, що пошкодження шкіри починається вже через 10–15 хвилин перебування на сонці без захисту. Кожна нова засмага лише накопичує негативний ефект.

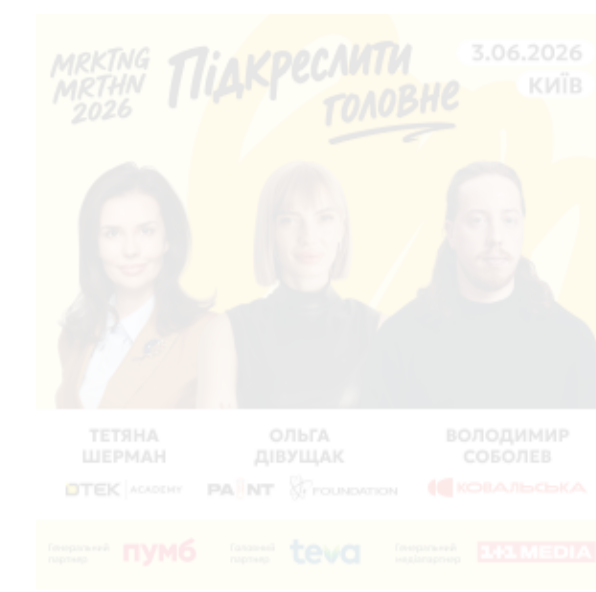
Окрім ризику меланоми, ультрафіолет руйнує колаген, через що шкіра швидше втрачає пружність, стає сухою та чутливою. Також сонце може посилювати пігментні плями, почервоніння та хронічні дерматологічні проблеми.

Для захисту шкіри дерматологи рекомендують уникати сонця у період з 10:00 до 16:00, користуватися SPF 30 і вище та оновлювати сонцезахисний крем кожні дві години.

Читайте ЕКСПЕРТ у Google News

 ПІДПИСАТИСЯПомітили помилку у матеріалі? Повідомте редакцію: corrections@expert.in.ua

засмага



ОСТАННІ НОВИНИ

СЬОГОДНІ

18:45 Українців налякали +50 у тіні: синоптик пояснив, яким буде літо

18:37 Гроза може “спалити” техніку за секунди: які прилади треба вимикати

18:30 Загублений радянський “Луноход” раптово ожив на Місяці через 40 років

18:21 Дерматологи попередили про небезпеку моди на бронзову шкіру

18:12 Що їсти, щоб шкіра не старіла: список продуктів із колагеном та вітамінами

18:04 Просто пересадити ялинку не вийде: за що можуть покарати українців

17:55 Будапешт готує удар по “Газпрому”: що задумали в Угорщині

17:46 Найміцніша психіка: названо місяці народження людей із сильним характером

17:38 Намазка з тунця, яку можна їсти навіть на ніч: білка багато, калорій мало

17:31 Українцям почнуть призначати “нульові” субсидії: кого це зачепить

LOAD MORE

КАТЕГОРІЇ НОВИН

[Всі новини](#)[Україна](#)[Політика](#)[Економіка](#)[Світ](#)[Стиль життя](#)[Авто](#)[Технології](#)[Суспільство](#)[Здоров'я](#)

ІНФОРМАЦІЯ

[Про проект](#)[Автори](#)[Редакційна політика і стандарти](#)[Політика використання ШІ](#)[Політика конфіденційності](#)[Правила коментування](#)[Контакти](#)

ТОВ «НОВА МЕДІА ГРУПА» © 2014—2026

Реєстрація R40-06871 у Реєстрі суб'єктів у сфері медіа

Адреса: 01014, м. Київ, вул. Звіринецька, 63

editor@expert.in.uacorrections@expert.in.uareklama@expert.in.ua

