



Deskundigen bevelen aan om de eerste twintig minuten in de volle zon niet in te smeren maar pas daarna de crèmes te gebruiken om verbranding tegen te gaan.

Tegen gewoon buitenlopen in een zonlicht van gewone sterkte zijn volgens deskundigen helemaal geen zonnecrèmes nodig.



Voortschrijdend inzicht KWF (1)

Nieuwe zoncampagne KWF Kankerbestrijding (mei 2004)

Teveel zon is niet gezond. Dat is het motto van de campagne van KWF Kankerbestrijding die op 17 mei van start gaat. De campagne is hard nodig. Jaarlijks wordt bij ongeveer 25.000 mensen kanker ontdekt. Het aantal mensen met huidkanker neemt elk jaar met 3 tot 5 procent toe.

<http://www.verstandigzonnen.nl/verstandig.htm>

[24 augustus 2005: INTERMEDIAR – Zonnen juist goed tegen kanker.](#)

[Geeft KWF bewust foute voorlichting over risico's van zonnen en door verzwijgen van essentiële informatie?](#)



Voortschrijdend inzicht KWF (2)

21 augustus 2007 (Telegraaf)

KWF kankerbestrijding overweegt het beleid bij te gaan stellen. KWF heeft de zogeheten Signaleringscommissie, een onafhankelijke adviesraad van wetenschappers, gevraagd opnieuw onderzoek te doen naar de schadelijke effecten van de zon.

KWF-zegsman Stan Termeer „Uiteraard wisten we dat de mens niet zonder de zon kan. Maar de laatste tijd wordt steeds vaker gesproken over de positieve effecten voor de aanmaak van vitamine D."

3



Zonnen mag ! vdRhee NTvG 2007

- Nadelige effecten zijn vaker of vroeger ontstaan van huidkanker en degeneratieve huidafwijkingen, en het optreden van fotodermatosen.
- Gunstige effecten; het kan het ontstaan en het beloop van bot-, spier- en huidziekten, van diverse maligniteiten (prostaat-, mamma-, colon- en ovariumcarcinoom, non-hodgkinlymfoom) gunstig beïnvloeden; ook heeft het een preventief effect op het ontstaan van immuunziekten, met name MS
- Publieksvoorlichting over zonexpositie moet waarschuwing tegen overmatige blootstelling aan zon blijven bevatten en daarnaast een regelmatige, beperkte zonblootstelling stimuleren.

4



Gunstige en ongunstige effecten van zonlichtexpositie

H.J. van der Rhee, E. de Vries en J.W.W. Coebergh

- Nadelige effecten van zonlicht zijn onder andere het vaker of vroeger ontstaan van huidkanker en degeneratieve huidafwijkingen, en het optreden van fotodermatosen.
- Zonlicht heeft ook gunstige effecten; het kan het ontstaan en het beloop van bot-, spier- en huidziekten, van diverse maligniteiten (prostaat-, mamma-, colon- en ovariumcarcinoom, non-hodgkinlymfoom) gunstig beïnvloeden; ook heeft het een preventief effect op het ontstaan van immuunziekten, met name multiple sclerose.
- Deze beschermende werking wordt toegeschreven aan een versterkte aanmaak van vitamine D, die van belang is voor het botmetabolisme en die ook de celproliferatie en -differentiatie, de apoptose, de tumorinvasie en de angiogenese kan reguleren.
- Eventuele consequenties van deze nieuwe gegevens zijn dat de publieksvoorlichting over zonexpositie een waarschuwing tegen overmatige blootstelling aan zon moet blijven bevatten en daarnaast een regelmatige, beperkte zonblootstelling moet gaan stimuleren.

Ned Tijdschr Geneeskd. 2007;151:118-22