



Сонячне світло та ризики для здоров'я

Усім слід розуміти, що протягом наступних років озоновий шар стане критично тонким. Лише після цієї кризи ми можемо передбачати його поступове відновлення, яке, ймовірно, триватиме до середини 21го століття. Протягом цього періоду життєво важливо буде захищати шкіру від сонячних опіків, особливо влітку, та носити сонячні окуляри, розроблені для захисту очей від небезпечного ультрафіолетового випромінювання.

Наступний опитувальник визначає, яка категорія людей перебуває у зоні ризику розвитку раку шкіри внаслідок тривалого перебування на сонці.

Дайте відповіді на запитання та підрахуйте бали.

1	Якого кольору ваше волосся?	Бали
	<input type="checkbox"/> русяве/руде	4
	<input type="checkbox"/> коричневе	3
	<input type="checkbox"/> чорне	1
2	Якого кольору ваші очі?	
	<input type="checkbox"/> блакитні/зелені	4
	<input type="checkbox"/> світло-карі	3
	<input type="checkbox"/> темно-карі	1
3	Якщо влітку ви перебуваєте на сонці протягом години:	
	<input type="checkbox"/> ви отримуєте сонячний опік та на шкірі з'являються маленькі пухирці	4
	<input type="checkbox"/> спочатку ви отримуєте сонячний опік, який потім перетворюється на засмагу	3
	<input type="checkbox"/> ви засмагаєте	1
4	У вас є ластовиння?	
	<input type="checkbox"/> багато	4
	<input type="checkbox"/> мало	3
	<input type="checkbox"/> ні	1
5	Чи ви працюєте:	
	<input type="checkbox"/> на вулиці	4
	<input type="checkbox"/> на вулиці та у приміщенні	3
	<input type="checkbox"/> у приміщенні	1
6	Чи хворіли члени вашої родини на рак?	
	<input type="checkbox"/> так	5
	<input type="checkbox"/> ні	1
7	Де ви живете?	
	<input type="checkbox"/> у регіоні з прохолодним кліматом	4
	<input type="checkbox"/> у регіоні з помірним кліматом	3
	<input type="checkbox"/> у регіоні з теплим кліматом	1

РІЗИК РОЗВИТКУ РАКУ ШКІРИ: 5: дуже високий; 26-29 балів ■ високий; 23-25 балів ■ середній; 16-22 балів ■ мінімальний; 7-15 балів