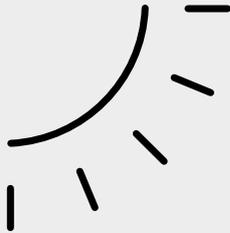


Ultraviolett

Wie die EU und die WHO das Kind mit dem ultravioletten Bade ausschütten



An den Berichten von Fachleuten der Europäischen Union und der Weltgesundheitsorganisation WHO über die Risiken von künstlichem ultraviolettem Licht ist etwas faul. In diesen wichtigen Dokumenten werden die möglichen Risiken von Bräunungsgeräten übertrieben dargestellt, während die positiven Auswirkungen unter den Teppich gekehrt werden. Zu diesem Schluss kommt eine Gruppe von Dermatologen, Endokrinologen und Epidemiologen in einer [Analyse](#), die in Anticancer Research veröffentlicht wurde.

In ihrem kritischen Artikel konzentrieren sich die Wissenschaftler auf zwei entscheidende Dokumente über die Risiken von Sonnenbänken. Das eine ist ein [Abschlussbericht](#) des wissenschaftlichen Ausschusses der EU aus dem Jahr 2016, das andere ist ein [Bericht](#) der WHO aus dem Jahr 2017. Beide Dokumente tauchen regelmäßig auf, wenn besorgte Ärzte oder Journalisten Bedenken über eine Zunahme des Risikos gefährlicher Hautkrebsformen durch Sonnenbänke und andere Quellen künstlichen ultravioletten Lichts äußern.

Die Botschaft beider Berichte ist, dass es so etwas wie eine garantiert sichere Menge an ultraviolettem Licht nicht gibt. Ultraviolettes Licht erhöht das Risiko einer Hautkrebserkrankung und je weniger ultraviolettes Licht auf die Haut trifft, desto besser. Beide Dokumente untermauern diese Behauptung mit Studien, in denen Forscher große Gruppen von Sonnenbankbenutzern über einen langen Zeitraum hinweg untersucht haben und dann feststellten, dass die Sonnenbankbenutzer tatsächlich häufiger Melanome entwickelten. Ein Melanom ist die gefährlichste Form von Hautkrebs.

Übertriebene Risiken

Das klingt nicht gerade beruhigend, aber jeder, der sich die Mühe macht, die Studien zu lesen, wird bald feststellen: Die Suppe wird nicht so heiß gegessen, wie sie gekocht wird. Im Jahr 2012 wurde zum Beispiel eine [Metastudie](#) veröffentlicht, in der die Autoren die Ergebnisse von 27 solcher Forscher

Ultraviolett

Wie die EU und die WHO das Kind mit dem ultravioletten Bade ausschütten

zusammengebracht und erneut analysiert hatten. Die Schlussfolgerung war, dass Menschen, die eine Sonnenbank benutzten, ein um 20 % höheres Risiko hatten, an einem Melanom zu erkranken, als solche, die keine Sonnenbank benutzten.

Nun ist eine Zunahme von 20 % zunächst einmal nicht viel. Das Rauchen, dessen Risiken hinlänglich bekannt sind, erhöht das Risiko von Lungenkrebs um mehrere tausend Prozent. Und obwohl [andere Metastudien](#) noch geringere Auswirkungen als die soeben erwähnten 20 % feststellen, ist der begrenzte Umfang der gefundenen Zusammenhänge nicht der Kern der Kritik an den Dokumenten der EU und der WHO.

Der Hauptkritikpunkt ist, dass die Verfasser dieser Berichte den Lebensstil der Benutzer von Sonnenbänken einfach ignoriert haben. Aus [Studien](#) wissen wir heute, dass dieser Lebensstil ungesünder ist als der von solchen, die keine Sonnenbank benutzen. Benutzer von Sonnenbänken rauchen häufiger, trinken mehr Alkohol und ernähren sich ungesünder als Menschen, die nie eine Sonnenbank benutzen. Diese Lebensstilfaktoren können zusammen sehr wohl die Zunahme des Melanomrisikos erklären, aber diese Möglichkeit haben die Fachleute der EU und der WHO nicht in Betracht gezogen.

Sichere Dosis

Zudem wurde in mehreren Tierstudien festgestellt, dass die Einwirkung von ultraviolettem Licht an sich keinen Hautkrebs verursacht; dies ist nur dann der Fall, wenn die Haut so viel ultraviolettes Licht absorbiert, dass die Zellen geschädigt werden. Nur wenn die Haut durch ultraviolettes Licht verbrannt wird, steigt das Risiko von Hautkrebs potenziell an, wie Tierstudien zeigen. Die Vorstellung, dass es keine sichere Menge an ultraviolettem Licht gibt, wird also nicht von grundlegenden wissenschaftlichen Studien bestätigt.

Positive Auswirkungen

Ein weiterer Kritikpunkt an den Dokumenten der WHO und der EU ist, dass es zwar Hinweise darauf gibt, dass die Bestrahlung mit ultraviolettem Licht gesund ist, aber die Berichte ignorieren diese Hinweise. Diese Hinweise ergeben sich z.B. aus Studien, in denen Forscher Menschen, die sich viel im Freien aufhalten und daher häufig der Einstrahlung von ultraviolettem Licht ausgesetzt sind, vergleichen mit Menschen, die wenig Zeit im Freien verbringen und daher wenig ultraviolettes Licht auf ihre Haut bekommen. Aus diesen [Studien](#) geht z.B. hervor, dass Nordeuropäer (sprich: Menschen mit heller Haut), die sich häufig im Freien aufhalten, seltener an Krebs erkranken als Menschen, die sich selten im Freien aufhalten.

Es gibt sogar eine schwedische [Studie](#) mit fast 30.000 Frauen, in der die Einwirkung von ultraviolettem

Ultraviolett

Wie die EU und die WHO das Kind mit dem ultravioletten Bade ausschütten

Licht durch den Aufenthalt im Freien das Risiko von tödlichen Herz- und Gefäßerkrankungen sowie Krebs reduziert. In dieser Studie war die negative Auswirkung der Vermeidung von ultraviolettem Licht ungefähr so schädlich wie das Rauchen. Frauen, die fast kein ultraviolettes Licht abbekamen, weil sie immer drinnen waren oder ihre Haut bedeckten, lebten einige Jahre kürzer als Frauen, die sich viel im Freien aufhielten.

Vitamin D

Es ist den Autoren der Analyse in Anticancer Research auch noch nicht ganz klar, wie ultraviolettes Licht die Gesundheit positiv beeinflussen kann. Ein Teil der Erklärung mag in seiner Wirkung auf den Melatonin-Stoffwechsel oder auf die Senkung des Blutdrucks liegen. Ultraviolettes Licht erhöht auch die Aktivität des stresshemmenden Beta-Endorphins. Die am besten belegte positive Wirkung von ultraviolettem Licht ist jedoch, dass ultraviolettes Licht den Vitamin D-Spiegel erhöht. Mindestens eine Milliarde Menschen auf diesem Planeten haben nachweislich [zu wenig Vitamin D](#) in ihrem Blut.

Vitamin D ist nicht nur für die Gesundheit des Skeletts wichtig, sondern auch für das Immunsystem. Ein angemessener Vitamin-D-Spiegel schützt nicht nur vor Virusinfektionen, sondern verringert in Studien, in denen Probanden Nahrungsergänzungsmittel erhalten, auch das Risiko, [an Krebs zu sterben](#). Ironischerweise schützt ein relativ hoher Vitamin-D-Spiegel sogar vor verschiedenen Formen von Hautkrebs.

Gute Absichten

Die Berichte der EU und der WHO ignorieren diese positiven Auswirkungen. [Obwohl Untersuchungen zeigen](#), dass Menschen, die regelmäßig eine Sonnenbank benutzen, doppelt so viel Vitamin D im Blut haben wie Menschen, die dies nicht tun, spielt dieser Aspekt der künstlichen UV-Strahlung bei ihrer endgültigen Bewertung keine Rolle.

Die Autoren der kritischen Analyse in Anticancer Research zweifeln nicht an den guten Absichten der Fachleute, die die beunruhigenden Berichte für die EU und die WHO erstellt haben. Die Verfasser sind besorgt über die Zunahme von Melanomen und anderen Hautkrebsformen und möchten diese Entwicklung aufhalten.

Das ist natürlich positiv. Dieser Wunsch ist offenbar so stark, dass sich die Fachleute einseitig und undifferenziert der wissenschaftlichen Literatur bedienen. Und das ist nicht positiv.

Denn ist die Zunahme der Berichte über Hautkrebs wirklich auf die Bräunungstechnologie zurückzuführen? Ist das nicht das Ergebnis einer [immer besseren Erkennung](#) durch Ärzte? Die Autoren der Analyse vermuten, dass Letzteres zutrifft. Und wenn sie Recht haben, dann werden die Maßnahmen zum Verbot der Sonnenbankindustrie keine positiven Auswirkungen auf die öffentliche Gesundheit haben – sondern negative.