

# KHẢ NĂNG HỦY HOẠI CỦA ÁNH NẮNG

Một bức ảnh mới, ấn tượng về khuôn mặt của một tài xế xe tải đã cung cấp bằng chứng sống động về mức độ hủy hoại mà Mặt trời có thể gây ra đối với con người chúng ta.

>>> Ánh nắng mặt trời giúp ngừa dị ứng thực phẩm

Bức ảnh được đăng tải trên tạp chí New England Journal of Medicine đã cho thấy cái mà các chuyên gia da liễu gọi là thoái hóa da do tác hại của ánh nắng Mặt trời - một biểu hiện phổ biến của sự lão hóa. Điểm đặc biệt về bức ảnh là, sự hủy hoại chỉ tấn công một bên mặt của nhân vật chính - một tài xế xe tải về hưu.

Tác hại của ánh nắng rất rõ ở phía bên trái mặt tài xế xe tải 69 tuổi. (Ảnh: Live Science)

“Phần lớn thời gian trong cuộc đời mình, ông ấy làm nghề lái xe tải. Chúng tôi cho rằng, việc tiếp xúc với ánh nắng ở một bên mặt là nguyên nhân gây ra tổn thương này”, chuyên gia da liễu Jennifer Gordon đến từ trường Đại học Northwestern cho biết trên trang Live science.

Theo bà Gordon, các tia cực tím A (UVA) từ Mặt trời có thể dễ dàng xuyên qua kính cửa sổ và thậm chí quần áo mỏng. Chúng sau đó sẽ gây tổn thương sâu tới da, ảnh hưởng tới các tế bào liên kết ví dụ như: collagen và elastin. Đó chính là lúc bạn phải hứng chịu tác động của sự lão hóa: các nếp nhăn, mụn, nám,... trên da.

Bệnh nhân trong bức ảnh đã tới gặp bà Gordon và các cộng sự sau khi đã quá mệt mỏi trước việc luôn bị các cháu hỏi đã xảy ra chuyện gì với một bên mặt của ông. Cho tới hiện tại, người đàn ông này không có bất kỳ biểu hiện nào của bệnh ung thư da mặc dù ông vẫn cần được theo dõi kỹ lưỡng trong tương lai.

Bà Gordon nói, cách tốt nhất để ngăn chặn ung thư da cũng như lão hóa sớm là dùng kem chống nắng. Viện da liễu Mỹ khuyên mọi người nên sử dụng các loại kem chống nắng có chỉ số SPF ít nhất 30 và có khả năng bảo vệ diện rộng, chống cả tia cực tím A (UVA) và tia cực tím B (UVB) - nguyên nhân chính gây sạm nắng.

Ngay cả trong một ngày âm u, tới 80% các tia cực tím từ Mặt trời có thể xuyên qua các đám mây. Do đó, Viện da liễu Mỹ cũng đề xuất mọi người nên bôi kem chống nắng trên mọi vùng da hở mỗi ngày, kể cả trong mùa đông.

“Điều lớn nhất mà tôi học được sau tất cả những chuyện này là chúng ta không bao giờ an toàn trước mặt trời”, bà Gordon kết luận.