



Presseinformation

Sonnenlicht verlängert die Lebenserwartung deutlich!

Sonnenlicht verlängert die Lebenserwartung 40- bis 80-Jähriger um bis zu 50 Prozent!

Sonnenlicht verlängert die Lebenserwartung!

Länger leben durch Sonnenlicht

Schwedische Langzeitstudie mit 30.000 Frauen liefert empirische Hinweise.

Sonnenlicht und helle Haut begünstigen die Produktion von Vitamin D. Doch beide sind ebenso ein Risikofaktor für schwarzen Hautkrebs. Schwedische Wissenschaftler haben nun den Einfluss von Sonnenlicht auf die Gesamtsterblichkeit in einer Langzeitstudie über 20 Jahre an rund 30.000 Frauen untersucht.

Zu Beginn der Studie gaben die Teilnehmerinnen den Wissenschaftlern detaillierte Informationen zu ihren Sonnenbad-Gewohnheiten. Die Wissenschaftler fanden heraus, dass sich die Gesamtsterblichkeit umgekehrt proportional zu den Sonnenbad-Gewohnheiten verhält: Demnach war die Sterberate bei Frauen, die das Sonnenlicht gemieden hatten, doppelt so hoch wie bei den Frauen, die am meisten Zeit in der Sonne verbracht hatten.

„Mit ihrer Studie liefern die schwedischen Wissenschaftler den empirischen Nachweis, dass die Vermeidung von Sonnenlicht die Gesamtsterblichkeit erhöht. Die restriktiven Empfehlungen in Ländern mit wenig Sonnenlicht, sich vor Sonnenlicht zu schützen oder Sonnenlicht sogar ganz zu vermeiden, können für Frauen ein gesundheitliches Risiko darstellen“, erklärt Ad Brand, Sprecher des Sunlight Research Forum (SRF).

Das Sunlight Research Forum (SRF) ist eine gemeinnützige Organisation mit Sitz in den Niederlanden. Das SRF fördert die Verbreitung neuer medizinischer und wissenschaftlicher Informationen über die Wirkung einer mäßigen UV-Bestrahlung auf den Menschen.

Medienkontakt:

Ad Brand

Sunlight Research Forum (SRF)

Tel: +31 (0) 651 358 180

info@sunlightresearchforum.eu / www.sunlightresearchforum.eu

Quelle:

1) Pelle G. Lindqvist, Elisabeth Epstein, Mona Landin-Olsson, Christian Ingvar, Kari Nielsen, Magnus Stenbeck & Håkan Olsson: *Sun exposure habits and all-cause mortality*, doi: 10.1111/joim.12251- April 2014