



## SONNENNEWS – 31. JANUAR 2019

### Hinsichtlich Sonne und UV-Licht ist großes Umdenken gefordert!

*David G. Hoel und Frank R. de Gruijl fordern Umdenken hinsichtlich der Nutzung von UV-Licht.*



Der Kommentar der hochrangigen Forscher David G. Hoel, Universitätsprofessor in der Abteilung für Medizin an der medizinischen Universität von South Carolina in Charleston und Frank R. de Gruijl, promovierter Physiker und Experte für gesundheitsbezogene Themen im Zusammenhang mit UV-Strahlen, welcher im Dezember 2018 im "Environmental Research and Public Health" erschien, bietet nicht nur einen großen Überblick über die vielen gesundheitlichen Vorteile von Sonnenlicht und insbesondere von UV-Licht, sondern listet auch die einschlägigen kürzlich veröffentlichten Forschungsergebnisse zu diesem Themen auf.

In der Vergangenheit wurde Seitens der Wissenschaft immer wieder dazu angehalten die UV-Exposition (natürlich oder künstlich) zu meiden. Dies ist in erster Linie auf Bedenken bezüglich Hautkrebses und insbesondere des Melanoms, der schwerwiegendsten Art von Hautkrebs, zurückzuführen. UV-Strahlung ist jedoch auch als Hauptquelle für Vitamin D und anderen gesundheitliche Nutzen bekannt. Deshalb werden in dem Kommentar von Gruijl und Hoel einige der vielen wichtigen kürzlich durchgeführten Studien zur gesundheitlichen Beeinträchtigungen aufgeführt, die mit geringer Sonneneinstrahlung einhergehen, einschließlich einiger spezifischer Krebsarten, Multipler Sklerose, Diabetes, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Autismus, Alzheimer und der altersbedingten Makuladegeneration.

Der Kommentar von Hoel und Gruijl ist eine großartige Zusammenfassung dessen, warum sich die gesundheitsbezogenen Aussagen in Bezug auf UV-Licht und die Sonne im Allgemeinen ändern müssen. Er gibt einen großen Überblick über die vielen gesundheitlichen Vorteile von Sonnenlicht und insbesondere von UV-Licht und fordert die Empfehlung von moderater und maßvoller UV-Exposition, da sie viele gesundheitliche Vorteile mit sich bringt.

**Den gesamten Kommentar von Hoel und Gruijl finden Sie kostenfrei zum Download unter folgendem Link:**  
<https://www.mdpi.com/1660-4601/15/12/2794/html>

Bildquelle: unspash.com; FotografIn: Samuel Zeller