**Informacja prasowa**

**Chorzów, 01.10.2024 r.**

**Fotouczulenia i reakcje fototoksyczne. Jak poradzić sobie z alergią na słońce?**

**Ekspozycja na światło słoneczne, choć niezbędna dla naszego zdrowia, w nadmiarze może prowadzić do niepożądanych reakcji skórnych, jak fotouczulenia i reakcje fototoksyczne. Te formy fotonadwrażliwości różnią się przyczynami, mechanizmem powstawania i działania oraz długofalowymi skutkami, ale ich wspólnym mianownikiem jest promieniowanie UV. Szczególnie często pojawiają się latem lub podczas pobytów w ciepłych krajach, ale mogą być również skutkiem korzystania z lamp solarnych czy niektórych zabiegów kosmetycznych.**

Fotouczulenia i reakcje fototoksyczne, choć brzmią podobnie, mają odmienne mechanizmy działania. Oba zjawiska łączy ekspozycja na promieniowanie ultrafioletowe (UV), ale przyczyny ich powstawania są różne. Fototoksyczność to wynik bezpośredniego uszkodzenia komórek skóry przez substancje chemiczne, które po wystawieniu na działanie promieni UV, stają się toksyczne. Objawy pojawiają się szybko, przypominając oparzenia słoneczne. Z kolei fotouczulenie, znane także jako fotoalergia, jest reakcją immunologiczną, w której zmodyfikowana przez promieniowanie UV substancja chemiczna wywołuje odpowiedź alergiczną organizmu. Choć obie te reakcje mogą wyglądać podobnie, ich rozróżnienie jest kluczowe dla prawidłowej diagnozy i leczenia.

**Zwiększona dawka promieniowania**

Alergia na słońce, czyli polimorficzna osutka świetlna (PLME), to jedno z najczęstszych zaburzeń związanych z fotonadwrażliwością. Dotyka ona około 10% populacji, zwykle osób o jasnej karnacji. PLME objawia się swędzącą, czerwoną wysypką, która najczęściej pojawia się na szyi, ramionach i dekolcie, a jej pierwsze symptomy można zaobserwować na początku sezonu letniego, kiedy skóra jeszcze nie jest przyzwyczajona do zwiększonej dawki promieniowania. Często objawy te znikają samoistnie po kilku dniach, ale w niektórych przypadkach mogą utrzymywać się nawet przez kilka tygodni, co znacznie obniża komfort życia dotkniętych nią osób.

Fotonadwrażliwość, będąca podstawą zarówno fototoksyczności, jak i fotoalergii, może być wywołana przez różnorodne substancje chemiczne. Do pojawienia się tego rodzaju reakcji potrzebne są trzy elementy – promieniowanie ultrafioletowe, substancja fotouczulająca oraz czynnik chemiczny. Substancje fotouczulające, obecne w wielu lekach, kosmetykach, a nawet żywności, mogą wchodzić w reakcję z promieniowaniem UV, prowadząc do niepożądanych zmian skórnych.

*Reakcje fototoksyczne są bezpośrednim wynikiem uszkodzenia komórek skóry przez substancje chemiczne aktywowane przez promieniowanie UV, co często przypomina oparzenia słoneczne. Objawy te pojawiają się szybko i mogą być bardzo intensywne. Fotoalergia natomiast to zjawisko bardziej skomplikowane, gdyż wiąże się z reakcją immunologiczną organizmu. Substancje chemiczne pod wpływem UV zmieniają się w związki, które organizm traktuje jako obce, co prowadzi do rozwoju reakcji zapalnych. Należy podkreślić, że podczas gdy reakcja fototoksyczna może pojawić się u każdego, fotoalergia wystąpi tylko u nielicznych osób, mających do tego predyspozycje. Wiedza na temat tych mechanizmów pozwala na lepsze zrozumienie i leczenie zmian skórnych* – mówi **Natalia Soszka, młodsza specjalistka ds. badań i rozwoju w onesano, producencie naturalnych suplementów diety.**

W kontekście reakcji fototoksycznych, jedną z najczęściej występujących substancji, które mogą je wywołać, są niektóre leki, takie jak tetracykliny czy sulfonamidy, a także składniki kosmetyków, na przykład olejki cytrusowe. Fototoksyczność może również wystąpić w wyniku spożycia pewnych produktów spożywczych. Warto podkreślić, że reakcje te mogą mieć poważne konsekwencje, jeśli nie zostaną odpowiednio szybko zdiagnozowane i leczone.

**Długotrwałe reakcje skórne**

Podstawą profilaktyki fototoksyczności jest unikanie substancji fotouczulających oraz stosowanie odpowiednich środków ochrony przeciwsłonecznej. Leczenie polega głównie na łagodzeniu objawów, na przykład poprzez stosowanie chłodzących maści, kremów sterydowych oraz przede wszystkim na unikaniu dalszej ekspozycji na słońce. Negatywne skutki tej dermatozy stopniowo ustępują po wyeliminowaniu czynnika fotouczulającego, jednak w przypadku długotrwałego występowania odczynów fototoksycznych, mogą pojawić się trudne do usunięcia przebarwienia skórne.

Fotoalergia, choć mniej powszechna niż fototoksyczność, może prowadzić do bardziej rozległych i długotrwałych reakcji skórnych. Jest wynikiem reakcji immunologicznej, która rozwija się powoli, a jej objawy mogą obejmować wysypkę, silny świąd, zaczerwienienie i obrzęk. Substancje wywołujące fotoalergię to najczęściej składniki niektórych leków, kosmetyków, a także niektóre naturalnie występujące w roślinach związki chemiczne.

Unikanie fotodermatoz wymaga stosowania odpowiednich strategii, takich jak ochrona przed słońcem, unikanie substancji fotouczulających oraz świadomość, jakie substancje mogą wywoływać takie reakcje. Najważniejsza jest ochrona przed promieniowaniem UV, w tym stosowanie kremów przeciwsłonecznych o wysokim współczynniku SPF, noszenie odzieży ochronnej oraz unikanie słońca w godzinach największego nasłonecznienia. Ważna jest również znajomość substancji fotouczulających obecnych w kosmetykach, lekach czy żywności, co pozwala na świadome podejście do ochrony skóry. Zarówno fototoksyczność, jak i fotoalergia mogą wydawać się podobnymi reakcjami skóry na światło słoneczne, jednak różnią się one znacząco mechanizmami działania oraz długofalowymi skutkami. Świadomość tych różnic pozwala nie tylko na skuteczniejsze zapobieganie tym reakcjom, ale także na właściwe leczenie, co jest kluczowe dla utrzymania zdrowej i pięknej skóry przez cały rok.

**\*\*\***

**Onesano** jest firmą biotechnologiczną, zaawansowanym i innowacyjnym producentem **naturalnych suplementów diety.** Sercem onesano są zakłady produkcyjne zlokalizowane w Czechowicach-Dziedzicach,posiadające własne laboratorium oraz wykwalifikowaną kadrę specjalistów. To dzięki nim onesano może szczycić się autorskimi recepturami, opatentowanymi składami i innowacyjnymi rozwiązaniami technologicznymi. Produkcja jest realizowana w oparciu o najwyższe standardy, z poszanowaniem środowiska naturalnego. Bazę linii produkcyjnych stanowi EstroVita – w 100% roślinny suplement diety zawierający kwasy omega 3,6,9, pozyskany z mieszaniny co najmniej czterech olejów, wzbogacony o naturalne witaminy oraz PostVital, suplementy diety zawierające unikalny postbiotyk **drożdży** *Yarrowia lipolytica* wpisany na listę Novel Food. Onesano jest firmą z polskim kapitałem, prowadzącą produkcję w naszym kraju i w pełni kontrolującą cały proces produkcyjny. Głównym obszarem działalności jest produkcja naturalnych suplementów diety w postaci bioestrów i unikalnego postbiotyku oraz funkcjonalnych dodatków do żywności zorientowanych na rynek spożywczy. Firma produkuje również preparaty dla zwierząt towarzyszących oraz posiada dedykowaną ofertę produktową dla rolnictwa. Siedziba przedsiębiorstwa mieści się w **Chorzowie.**

**Więcej informacji:**

[**www.onesano.pl**](http://www.onesano.pl)

**Kontakt dla mediów:**

Bartosz Sosnówka

E: bartosz.sosnowka@dwapiar.pl

M: 517 476 361