

PHARMACIE GODFROY

Notre conseil :

Le Soleil



Nos conseils

Le soleil joue un rôle important dans notre vie et participe à notre bien-être physique et moral, quelques minutes de soleil par jour permettent la fabrication de la vitamine D, essentielle pour les os, mais une exposition excessive est dangereuse pour la peau et les yeux.

@ Coup de soleil



On distingue différents types de coups de soleil,

La peau se teinte d'une couleur rosacée avant de s'adapter en vue d'autres expositions aux UV : la couche cornée s'épaissit et il y a augmentation de la pigmentation mélanique de la peau (bronzage)

Si la peau vire au rouge vif 2 à 12 heures après l'exposition, si elle devient sensible au point de ne pas supporter le frottement des vêtements, on parle de brûlure de 2^{ème} degré

La couleur devient rouge violacée moins de 6 heures après l'exposition douloureuse et gonflée, la peau semble prête à peler, on parle de brûlure de 3^{ème} degré

Si la peau est rouge et cloquée, elle a l'aspect d'un véritable brûlé. Le sujet peut être atteint de nausées, vertiges, maux de tête, ces coups de soleil de 4^{ème} degré nécessitent une hospitalisation.

LES DANGERS DU SOLEIL :

- Pour la peau, cancers type mélanomes.
- Pour les yeux, apparition de cataractes et d'atteintes graves de la rétine.



@ Chez les bébés et enfants

Les coups de soleil de l'enfance, même s'ils ne paraissent pas graves sur le moment, peuvent être à l'origine de cancers de la peau à l'âge adulte. Il est donc important de ne pas exposer les nourrissons au soleil. Eviter d'exposer les enfants entre 12h et 16h.

Pierre-Henri GODFROY

137 rue de Courcelles 51100 Reims

Tél: 03.26.47.26.40 – Fax : 03.26.88.26.88

Lun Vend 9h-12h30 / 14h-19h et Samedi 9h-12h30 / 14h-17h

PHARMACIE GODFROY

Notre conseil :

SPF, PPD, QUESACO ?

Le **SPF** signifie facteur de protection solaire. Il mesure la quantité d'un écran solaire de protection contre les rayons UVB.

Le **PPD**, d'autre part, signifie pigmentation persistante. Il mesure la quantité d'un écran solaire de protection contre les rayons UVA.

Les rayons UVA sont les seuls responsables de rayons de vieillissement et UVB sont les seuls responsables pour les brûlures.

À savoir



Peaux jeunes
= peaux fragiles



Évitez le soleil
de 12 h à 16 h



Recherchez
l'ombre



Renouvelez
souvent votre
protection solaire



Couvrez-vous

Les différents phototypes :

ENSOLEILLEMENT

Extrême
(tropiques, montagne)

Important
(plage, activités
extérieures)

Faible à modéré
(Vie en plein air)

SPF 30	SPF 30	SPF 50+	SPF 50+
SPF 15	SPF 30	SPF 30	SPF 50+
SPF 15	SPF 15	SPF 15	SPF 30

Résistante
(mate, bronzage
facile)

Intermédiaire
(claire, bronzage
facile)

Sensible
(claire avec taches
de rousseur,
bronzage difficile)

Très sensible
(très blanche,
bronzage très difficile)

TYPE DE PEAU



Pierre-Henri GODFROY

137 rue de Courcelles 51100 Reims

Tél: 03.26.47.26.40 – Fax : 03.26.88.26.88

Lun Vend 9h-12h30 / 14h-19h et Samedi 9h-12h30 / 14h-17h