



## HUSK SOLBESKYTTELSE – OGSÅ I TØJ

Forår og sommer – og solen har igen fået mere magt.

Derfor er det den tid til hvor vi skal sørge for at beskytte sig mod solens farlige UV-stråler.

Fleste er jo bekendt med betegnelsen for beskyttelsen i solcreme, kaldet SPF – "Sun Protection Factor".

Men vigtigt er også at bruge tøj som beskytter mod solens farlige UV-Stråler.

Beskyttelse i tøjet kaldes **UPF**.



Beskrivelsen herunder er lånt fra firmaet "Faktorfobi" som sælger tøj med UV-beskyttelse til både voksne og børn:

### “HVAD ER UPF?

UPF er en forkortelse for Ultraviolet Protection Factor og her vil jeg forklare, hvad den dækker over og hvordan man forstår den.

Ultraviolet Protection Factor betyder på dansk ultraviolet beskyttelses-faktor. Altså "hvor stor er beskyttelsen mod ultraviolette stråler".

Det forkortes så UPF og som regel står der et tal bagefter f.eks. 50 eller 30. Du vil ofte se, at der ved UPF50+ står "beskytter mod mere end 98% af solens skadelige stråler". Og i afsnittet herunder kan du læse, hvordan det udregnes.

### HVORDAN UDREGNES UPF TALLET?

Når man skriver UPF50, så betyder det, at hver gang 50 stråler rammer stoffet, så trænger 1 stråle igennem stoffet. Beskytter en trøje med UPF30, så betyder det, at når 30 stråler rammer stoffet, så vil 1 stråle trænge igennem. Så ganske kort kan siges: Jo højere tal – jo bedre beskyttelse.

Grunden til at man nemt kan sige at UPF50 beskytter mod 98% af de farlige stråler er, at det er nemt at omsætte til procent. Da én stråle trænger igennem ved 50 stråler, så vil to stråler trænge igennem ved 100. Dvs. 2% trænger igennem og så må de resterende 98% selvsagt blive blokeret.

Man kan sagtens omregne UPF30 og UPF40 også. Det er henholdsvis 96,6% for UPF30 og 97,5% for UPF40. Så selv UPF30 er ganske høj beskyttelse og det er jo betryggende.



---

## **HVAD ER FORSKELLEN PÅ UPF OG SPF?**

Rigtigt godt spørgsmål. For ofte står der en SPF-faktor på solcreme og så er det jo logisk at tænke "hvad er forskellen så?".

Forskellen er ganske simpel, at SPF kun måler beskyttelsen mod UVB-strålerne, hvor UPF måler beskyttelsen mod både UVA og UVB stråler. Faktum er nemlig, at solens stråler indeholder forskellige typer og to af de, man gerne vil beskyttes imod er UVA og UVB.

SPF står for "Sun protection factor" (altså "sol beskyttelses faktor") og er en betegnelse for noget helt andet, nemlig hvor meget den forlænger den tid, du kan være i solen uden at blive forbrændt. Kan du f.eks. være en time i solen uden solcreme uden at blive forbrændt, så vil SPF15 gøre, at du kan være 15 timer i solen uden at blive forbrændt. Så et helt andet udtryk for beskyttelsen.

## **BLIVER UPF VASKET UD AF TØJET?**

Det afhænger lidt af tøjet. Noget UV-tøj har beskyttelsen fra et beskyttende lag der er lagt over stoffet. Det beskyttende lag, der er lagt over tøjet vil godt kunne aftage over tid med mange vaske.

Det meste af det tøj, du finder her på Faktorfobi benytter dog en teknologi, hvor vævningerne i tøjet er ekstremt fint og derfor ikke tillader solens stråler at trænge igennem. Så det bliver ikke vasket ud.

## **HVOR MEGEN UPF BESKYTTELSE ER DER I EN ALMINDELIG BOMULDS-T-SHIRT?**

Der er UPF cirka 5. Den kan godt være mindre eller mere. Men i gennemsnit vil det være 5. Det betyder, at når 5 UV stråler rammer stoffet, så er der én af dem, der trænger igennem. Dvs. en bomulds t-shirt blokerer ca. 80% af solens stråler."

## **GOD SOLSIKKER SOMMER**

