

## Οι ομπρέλες θαλάσσης δεν προφυλάσσουν από τον ήλιο

Περίπου το ένα τρίτο της βλαβερής ακτινοβολίας του ήλιου διαπερνά και μέσα από τις ομπρέλες θαλάσσης, επισημαίνουν ισπανοί ειδικοί.

Σύμφωνα με τη μελέτη, οι ομπρέλες σταματούν το μεγαλύτερο ποσοστό από την εκπομπή των ακτινών του ήλιου, όχι όμως και τη διάχυτη υπεριώδη ακτινοβολία που περνάει από τα πλάγια, τα οποία είναι ακάλυπτα, ασχέτως εάν βρίσκεται κάποιος σε σκιά.

Οι επιστήμονες του πανεπιστημίου της Βαλένθια, με υπεύθυνο τον Χοσέ Αντόνιο Μαρτίνεθ-Λοθάνο, στη πραγματοποίησαν πειράματα τοποθετώντας ένα αισθητήρα υπεριώδους ακτινοβολίας στη βάση μιας ομπρέλας από καραβόπανο χρώματος μπλε και άσπρου, με ύψος ενάμιση μέτρο και ακτίνα 80 εκατοστών.

Οι ερευνητές διαπίστωσαν ότι ένα μέρος της διάχυτης υπεριώδους ακτινοβολίας του ήλιου (που αποτελεί περίπου το 60% της συνολικής) φτάνει στη βάση της ομπρέλας και στους ανθρώπους που κάθονται από κάτω.

Οι μετρήσεις επίσης έδειξαν ότι το καραβόπανο έχει πολύ μεγάλη ικανότητα να απορροφά την άμεση ακτινοβολία, σε ποσοστό περίπου 95%, αφήνοντας μόνο ένα 5% των κάθετων ακτινών να το διαπεράσουν, όμως η ακτινοβολία "τρυπώνει" από τα πλάγια, που παραμένουν απροστάτευτα.

Η μεγάλη έκθεση στην υπεριώδη ακτινοβολία σχετίζεται με μια πληθώρα προβλημάτων, όπως καρκίνο του δέρματος (μελάνωμα), εγκαύματα, γήρανση του δέρματος, καταρράκτη στα μάτια, εξασθένηση του ανοσοποιητικού συστήματος, βλάβη στο DNA, ακόμη και πρόβλημα στα μάτια κνοφορούμενων εμβρύων στην περίπτωση που η έγκυος δεν φορά ολόσωμο μαγιό.

Η ατμόσφαιρα της γης αποτελεί φυσικό φραγμό που μειώνει τις επιβλαβείς συνέπειες της υπεριώδους ακτινοβολίας, όμως η προστασία της δεν είναι επαρκής, γι' αυτό συνιστάται, ειδικά στην παραλία, η προστασία μέσω ομπρελών, ρούχων, καπέλων, γυαλιών, αντηλιακών κ.ά.

Η πιο έντονη ακτινοβολία εκπέμπεται μεταξύ των ωρών 12 το μεσημέρι και 4 μ., οπότε και συνιστάται από τους ειδικούς η αποφυγή ηλιοθεραπείας.



## Κίνδυνος πρόωρου τοκετού από λάιτ αναψυκτικά

Πιθανή σχέση με πρόωρο τοκετό ενδέχεται να έχει η μεγάλη κατανάλωση αναψυκτικών με τεχνητές γλυκαντικές ουσίες, τα οποία συνήθως σημαίνονται ως λάιτ.

Τα λάιτ προϊόντα είναι ευρέως διαδεδομένα σε αναψυκτικά και χυμούς, αλλά ο δρ Θόρχαλουρ Χάλντορσον από Ίδρυμα Statens Serum στην Κοπεγχάγη και οι συνεργάτες του που έκαναν την έρευνα, σημειώνουν ότι «δεν υπάρχουν αρκετές μελέτες που να εξασφαλίζουν την ασφάλεια από την κατανάλωση τέτοιου είδους τεχνητών γλυκαντικών».

Στο πλαίσιο της μελέτης οι ειδικοί μελέτησαν τις διατροφικές συμπεριφορές 60.000 γυναικών από τη Δανία κατά τη διάρκεια 25 εβδομάδων εγκυμοσύνης.

Γυναίκες που έπιναν τουλάχιστον τέσσερα λάιτ αναψυκτικά την ημέρα είχαν 80% περισσότερες πιθανότητες να έχουν πρόωρο τοκετό, σε σχέση με τις γυναίκες που έπιναν αναψυκτικά αλλά όχι λάιτ.

Το ποσοστό ήταν το ίδιο για τις γυναίκες που είχαν φυσιολογικό βάρος και αυτές που ήταν παχύσαρκες ή υπέρβαρες.

Ωστόσο, οι ειδικοί επισημαίνουν πως το 80% δεν διέπει την ακριβή σχέση μεταξύ κατανάλωσης λάιτ αναψυκτικών και πρόωρου τοκετού, αφού περίπου το 13% των παιδιών γεννιέται πρόωρα.

Σε ανακοίνωση του το Συμβούλιο Ελέγχου Τροφίμων, μία επιτροπή για τα συμφέροντα των εταιρειών που παράγουν λάιτ προϊόντα, χαρακτήρισε την έρευνα «παραπλανητική».

Η μελέτη δημοσιεύτηκε στην επιστημονική επιθεώρηση Journal of Clinical Nutrition.

## ΜΝΗΜΟΣΥΝΟ

Τελούντες 40ήμερο μνημόσυνο υπέρ αναπαύσεως της ψυχής του πολυαγαπημένου μας συζύγου, πατέρα, αδελφού και παππού



**ΕΥΑΓΓΕΛΟΥ  
ΕΥΣΤΡΑΤΙΑΔΗ ΟΑΜ**  
από Πορτ Σάιντ Αιγύπτου

Παρακαλούμε τους τιμώντες την μνήμη του όπως προσέλθουν την προσεχή Κυριακή, 1η Αυγούστου 2010 στον Ιερό Ναό του Αγίου Σπυριδώνος, 72-76 Gardeners Rd., Kingsford, και ενώσουν μεθ' ημών τας προς τον Ύψιστον δεήσεις των.

Οι τεθλιμμένοι: η σύζυγος Άννα, τα τέκνα Χάρης και Ρεγκίνα, Άγγελος και Lillian, Ελένη και Ιωσήφ, τα εγγόνια Χρυσάνθη, Ευάγγελος, Jacqueline, David, Gianna, τα αδέρφια Σοφία, Χαρίκλεια και Δημήτρης, τα ανήψια και λοιποί συγγενείς και φίλοι.

Όσοι επιθυμούν μετά το μνημόσυνο να περάσουν για καφέ από την οικία μας στο 2 John St., Bardwell Valley.

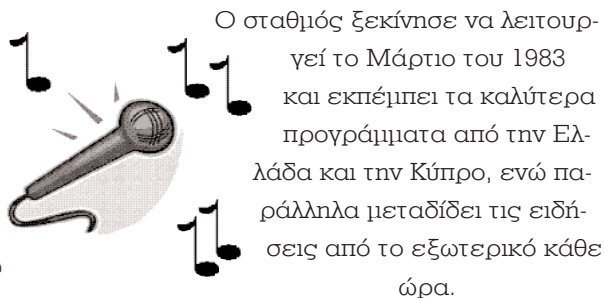
11847

## 24ΩΡΟΣ ΕΛΛΗΝΙΚΟΣ ΡΑΔΙΟΦΩΝΙΚΟΣ ΣΤΑΘΜΟΣ 1683 AM (στα μεσαία κύμματα)

Συνεχή καθημερινή ενημέρωση και ψυχαγωγία

Ο Ελληνικός Ραδιοφωνικός Σταθμός Αυστραλίας  
**1683 AM** λειτουργεί

σε 24ωρη βάση, 7 ημέρες την εβδομάδα.



Επίσης, έχουμε τα καλύτερα τοπικά προγράμματα, όπως:

**"Κυπριακή Κοινότητα"**

**με την Έλλη Κάμπος,**

**"Greeks Today"**

**με τον Γιώργο Τσερδάνη,**

**"Κέφι και μπάλλα"**

**με τον Γιάννη Σπανέλλη,**

**"Κοινότητα και κοινοτικά"**

**και μουσικά**

**προγράμματα με εκφωνητές.**

Ο Ελληνικός Ραδιοφωνικός Σταθμός Αυστραλίας 1683 Khz AM διαφημίζει μεγάλους οργανισμούς και επιχειρήσεις, όπως την ελληνική εφημερίδα της Αυστραλίας "Ο Κόσμος", "Λαϊκή Τράπεζα", "Τράπεζα Κύπρου", "Κυπριακή Κοινότητα NNO", "Ελληνική Ορθόδοξη Κοινότητα Σύνδνεϋ & NNO",

"Vicky Mar Fashions", "Independent and General Advertising", "Roselands Shopping Centre" και πολλές άλλες μικρές και μεγάλες επιχειρήσεις.

Για τον καλύτερο Ελληνικό Ραδιοφωνικό Σταθμό, τα τελευταία νέα, ποιοτική μουσική και τα καλύτερα ζωντανά προγράμματα, συντονιστείτε στο Ελληνικό Ραδιοφωνικό Σταθμό Αυστραλίας 1683 Khz AM.

Για περισσότερες πληροφορίες και για τις διαφημίσεις σας, **τηλεφωνήστε στο (02) 9750 8155**

**και fax: (02) 9750 0517.**

**Τηλέφωνα για ζωντανές εκπομπές:**  
**(02) 9750 9890 και (02) 9750 0017.**

**Διεύθυνση: Unit 4 / 9 Mavis St, Revesby NSW 2212**

**e-mail: conn01@optushome.com.au**

**web: GREEK RADIO 1683**

9775