

بالفيديو... استشاري جلدية: جينات السعوديين قوية ضد أشعة الشمس

20 يونيو، 2026



أكد استشاري الأمراض الجلدية الدكتور علي العمري أن التعرض لأشعة الشمس بشكل معتدل يعد آمناً ومفيداً لمعظم الأشخاص، مشيراً إلى أن 45 دقيقة يوميًا تعد مدة كافية للاستفادة من أشعة الشمس.

وأوضح العمري، خلال ظهوره في قناة الإخبارية، أن هناك مبالغة أحياناً في التخويف من أشعة الشمس، مبيّناً أن الأطباء يعملون خلال الفترة الأخيرة على تصحيح المفاهيم الصحية لدى المجتمع.

وقال: "نحن نحب أن نُعلم الناس ولا نخوّنهم، فصحیح أن التعرض المفرط لأشعة الشمس قد يزيد خطر الإصابة بسرطان الجلد، لكن ذلك يرتبط بظروف وعوامل محددة".

وأضاف أن لون البشرة لدى غالبية السعوديين يميل إلى الدرجة الداكنة نسبياً، وهو ما يوفر حماية طبيعية من أشعة الشمس، إلى جانب عوامل وراثية وجينية تساعد على تحمل التعرض لها بشكل أفضل.

وأشار إلى أن الحذر من التعرض المفرط للشمس يظل ضرورياً لبعض الفئات، من بينهم الأشخاص الذين لديهم تاريخ سابق للإصابة بسرطان الجلد، أو قابلية وراثية للإصابة به، أو الذين يتناولون أدوية تزيد حساسية الجلد للأشعة فوق البنفسجية، إضافة إلى من تعرضوا لحروق جلدية سابقة أو أزالوا الصبغة الجلدية لأسباب علاجية أو تجميلية.

<https://x.com/alekhbariyatv/status/2067937099681026142>