



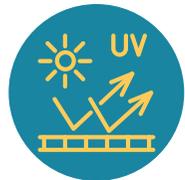
VS



VÊTEMENT ANTI-UV

VÊTEMENT CLASSIQUE

LES BÉNÉFICES À PORTER DES VÊTEMENTS ANTI-UV KER SUN



1. Simples

Avec nos vêtements anti-UV, **protégez-vous en un instant** pour la durée de votre choix.

2. Confortables

Des vêtements **couvrants** tout en étant **légers** et **respirants**, pour vous accompagner même lors des journées les plus chaudes.



3. Efficaces

Gagnez en sérénité avec les vêtements anti-UV UPF50+, qui **bloquent plus de 98% des UV**.

4. Eco-responsables

En utilisant **moins de crème solaire**, vous **protégerez les océans**. De notre côté, nous favorisons les produits éco-conçus.



Contactez-nous :

Tél : 09 77 08 01 51

Mail : bonjour@ker-sun.com

www.ker-sun.com

LA MAJORITÉ DES CANCERS DE LA PEAU POURRAIENT ÊTRE ÉVITÉS AVEC UNE PROTECTION SOLAIRE EFFICACE

COMMENT SE PROTÉGER EFFICACEMENT DU SOLEIL ?

De simples coups de soleil peuvent augmenter considérablement le risque de cancer de la peau.

Voici nos conseils pour être bien protégé des UV :

- **Surveillez l'indice UV.** L'indice UV vous aide à planifier vos activités de plein air. À partir d'un indice UV de 3, une protection solaire est requise.
- **Limiter le temps au soleil entre 10h et 16h.** Limitez l'exposition au soleil pendant ces heures, surtout si l'indice UV est élevé.
- **Cherchez de l'ombre.** Souvenez-vous de la règle : "Si l'ombre est plus petite que vous, cherchez l'ombre !". Gardez à l'esprit que les structures d'ombrage telles que les arbres ou les auvents n'offrent pas une protection solaire complète.
- **Habillez-vous.** L'idéal est d'avoir des vêtements anti-UV couvrants certifiés UPF50+ car ils sont conçus pour protéger du soleil et vous garantiront une protection optimale.
- **Portez un chapeau à large bord.** Les chapeaux protègent votre visage, votre tête, votre cou et vos oreilles. Comme les vêtements, un indice UPF50+ vous garantira une protection optimale.
- **Portez des lunettes de soleil** de catégorie 3 (4 pour certaines activités).
- **Appliquez de la crème solaire.** Mettez de la crème solaire SPF30 minimum sur les zones de la peau où vous n'êtes pas couvert.

Tous les vêtements n'ont pas une protection solaire équivalente.

- Un vêtement anti-UV est conçu pour protéger du soleil : il est couvrant et confortable même par temps chaud.
- **UPF** est l'**indice de protection solaire** d'un vêtement, comme SPF l'est pour les crèmes solaires. D'après les normes européennes, australiennes ou américaines, **UPF50+** est le **niveau le plus élevé**.
- Un t-shirt en coton blanc a un **UPF moyen de 5-7***.
- **Mouillé** (suite à une baignade ou un effort), l'indice de protection peut même être **inférieur à 3**.
* Source: *The Skin Cancer Foundation*
- Un vêtement anti-UV UPF50+, **bloque plus de 98% des UV**, peu importe la couleur du tissu.

66

Des patients en parlent...

99

C'est compliqué d'être toujours protégée du soleil pour randonner ou faire du VTT, j'ai donc opté pour des vêtements anti-UV et cette année, je "revis".

Catherine A.

.....

Je ne cesserai de répéter que je suis très heureux d'avoir trouvé des vêtements qui me permettent de "revivre à l'extérieur" en toute liberté.

Pascal P.

KER SUN

Spécialiste des vêtements anti-UV

Gagnez en sérénité avec les vêtements anti-UV !

NOTRE MISSION

PROTECTION
SÉCURITÉ
LIBERTÉ

IDENTIFIER UN MÉLANOME

MÉTHODE ABCDE

RÉALISER UN AUTO-EXAMEN

De nouveaux grains de beauté ?

8 fois sur 10, un mélanome apparaît en dehors de tout grain de beauté préexistant. Il est préférable de repérer en priorité l'apparition de nouvelles lésions pigmentées.

La modification d'un grain de beauté existant

Un mélanome peut se former sur un grain de beauté existant : celui-ci se modifie alors rapidement en changeant de couleur, de taille ou de forme.

La méthode du vilain petit canard

Chez une même personne, les grains de beauté sont souvent **similaires** car ils se ressemblent au niveau de la **forme**, de la **couleur** et de **l'épaisseur**.



Une **lésion pigmentaire** qui apparaît peut être **suspecte** si elle est **différente** des autres. C'est pour cette raison que l'on appelle ce genre de liaison "**vilain petit canard**".

GRAIN DE BEAUTÉ



PLUTÔT ROND ET SYMÉTRIQUE



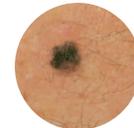
RÉGULIERS ET GÉOMÉTRIQUES



HOMOGÈNE, BRUN CLAIR OU FONCÉ



DIAMÈTRE <6MM

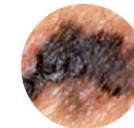


A ASYMÉTRIQUE

MÉLANOME



ASYMÉTRIQUE



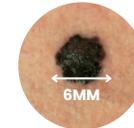
IRRÉGULIERS ET DENTELÉS



NON HOMOGÈNE : BRUN CLAIR AU NOIR FONCÉ



DIAMÈTRE >6MM



E ÉVOLUTION

ÉVOLUTIVE EN TAILLE (LARGEUR), EN COULEUR OU EN ÉPAISSEUR

RÉALISER UN **AUTO-EXAMEN** SUR L'ENTIÈRETÉ DE VOTRE PEAU, SEUL À L'AIDE D'UN **MIROIR** OU ACCOMPAGNÉ D'UN OU D'UNE PARTENAIRE EN SUIVANT LA **MÉTHODE ABCDE**.

1

Commencez par repérer des **taches irrégulières** en examinant vos mains et vos pieds. Soyez attentif à vos paumes, ongles, doigts et espaces entre les doigts, à la face avant de vos bras et avant-bras ainsi qu'à vos cuisses et jambes (face interne et externe).

2

Regardez une nouvelle fois votre peau de haut en bas, face à un miroir. Tournez votre corps du côté gauche puis du côté droit en levant les bras. Vérifiez sous vos bras ainsi que votre dos.

3

Pour les zones **non accessibles**, aidez-vous d'un autre miroir. Examinez votre nuque, votre dos, votre cuir chevelu sans oublier la région génitale.

