

---

# Solstråler

---

## MINILEDER

---

Solen betyr mye for oss. En godværsdag ute i naturen gir ro i sjel og sinn. Vi blir i godt humør når været er godt. Sol skaper glede.

Hun er som en solstråle, sier enkelte, for ordet solstråle har en positiv klang. Men man kan like gjerne betegne solstråler som ikke-ioniserende elektromagnetisk stråling, og da blir assosiasjonene annerledes.

Slik er det i mange av livets og naturens forhold: Et fenomen har både en positiv og en negativ side. Så selv om sol er bra for vår helse og for vårt velvære, så vet alle at soling forårsaker hudskader og hudkreft, og at man bør beskytte seg mot overdreven solesponering.

---

PetterJensen Gjersvik

---

---

Publisert: 20. juni 2002. Tidsskr Nor Legeforen.

Opphavsrett: © Tidsskriftet 2026 Lastet ned fra tidsskriftet.no 8. februar 2026.