

## Воздействие ультрафиолетового излучения

Ультрафиолетовое излучение (ультрафиолет, УФ, UV) — электромагнитное излучение, занимающее диапазон между видимым и рентгеновским излучением.

Источниками ультрафиолетового излучения являются: все тела, имеющие температуру выше 1000 градусов, то есть солнце.

Значительна роль УФ излучения в образовании в организме витамина D, укрепляющего костно-мышечную систему. При контролируемом воздействии на кожу ультрафиолетовых лучей, одним из основных положительных факторов считается образование на коже витамина D.

