BANDUNG, Prolite – Musim kemarau akan segera datang cuaca panas mulai dirasakan di wilayan Bandung Raya. Kemarau yang akan melanda Bandung Raya akan mengakibatkan kekeringan, kekurangan air bersih dan kebakaran hutan. Bukan hanya itu tapi paparan ultraviolet pada sinar matahari juga berbahaya.

Kepala Stasiun Geofisika Badan Meteorologi, Klimatologi, dan Geofisika (BMKG) Bandung, Teguh Rahayu menjelaskan paparan sinar ultraviolet tertinggi atau nilai maksimum di wilayah Indonesia terjadi pada pukul 10.00–16.00.

Semakin tegak sudut datang sinar matahari maka semakin banyak sinar ultraviolet yang masuk, begitu pun di daerah dataran tinggi, serta sedikitnya tutupan awan. Terekspos oleh sinar ultraviolet pada kisaran pukul 10.00-16.00 dapat berbahaya bagi kesehatan tubuh, misalnya menyebabkan gangguan mata, kulit terbakar, memicu reaksi alergi, juga merusak sistem kekebalan tubuh.

Untuk mengurangi dampak paparan sinar ultraviolet pada tubuh, menurut Rahayu, ada beberapa kiat yang bisa dilakukan, seperti membatasi waktu terpapar sinar matahari, terutama di waktu maksimum yang berlangsung antara pukul 10.00–16.00. Kemudian mencari tempat yang teduh, atau menggunakan pakaian yang dapat melindungi tubuh dari paparan langsung sinar ultraviolet.

Baca Selanjutnya
BPOM Beri Penjelasan Penarikan Indomie di Taiwan