

# PENSUM SOLARIEPRØVEN



Målsettingen med opplæringen er at den skal sette kandidaten i stand til å gi kunden god individuell veiledning om risiko ved solariebruk, for i størst mulig grad unngå overdreven soling.

Pensum i solarieopplæringen består av 6 kapitler som er en innføring i de temaer som kandidaten også må forvente å få spørsmål om i solarieprøven.

## PRAKTISK INFO

Solarieopplæringen gjennomføres som en nettbasert selvstudie.

Etter påmelding vil kandidaten få tilsendt brukernavn og passord på sms, som gir tilgang til e-lærings programmet. Gjennomføringstiden for solarieopplæringen er ca 5 timer.

Solarieopplæringen er frivillig, hvis den ansatte har den nødvendige kunnskapen fra før, mens solarieprøven er obligatorisk for alle ansatte.

*Solarieprøven er:*

- En multiple choice test
- Består av 35 spørsmål
- 75 % krav til bestått
- Gjennomføres på 30 minutter

Solarieprøven avlegges på et av Norsk Test sine mange testsentre rundt i Norge.

- Pris solarieopplæringen kr 315
- Pris solarieprøven er kr 625
- Pakkepris for solarieopplæring og –prøve er kr 625

Ønsker du mer informasjon: [www.nrpa.no](http://www.nrpa.no)  
Kontakt: [solarier@nrpa.no](mailto:solarier@nrpa.no)

## 1. Introduksjon

Kandidaten skal ha kunnskap om bakgrunnen for innføring av betjenings- og kompetansekravet.

- Endringen i strålevernforskriften
- Bakgrunn for endringen
- Hvordan forebygge hudkreft

## 2. UV-stråling

Kandidaten skal ha kunnskap om hva UV-stråling er, hvor vi blir eksponert for UV og hva som påvirker UV-strålingen.

- Hva er UV-stråling
- UV-strålingen fra solen
- Solarier og solingsutstyr
  - Solariets styrke
  - Lamper og rør

## 3. Effekter av UV-stråling

Kandidaten skal ha kunnskap om hudens oppbygging og at det er både positive og negative effekter av UV-stråling.

- Huden
- Positive effekter av UV-stråling
  - Medisinsk behandling
  - D-vitamin produksjon
- Negative effekter av UV-stråling
  - Aldring av huden
  - Solforbrenning
  - Utvikling av hudkreft
  - Solariebruk og hudkreft
  - Effekter på immunsystemet
  - Øyet og øyeskader

## 1. Introduksjon

## 2. UV-stråling

## 3. Effekter av UV-stråling

## 4. Veiledning av solariekunder

## 5. Tekniske krav til solarier

## 6. Tilsyn

## 4. Veiledning av solariekunder

Kandidaten skal ha nok kunnskap om hudtyper, risikofaktorer og risikogrupper, til å kunne veilede kunden til riktig bruk av solsenge, samt legge opp en individuell plan for solingen.

- Informasjon til kunden
- Erytem og erytem-dose
- Overeksponering og skade
- Risikofaktorer
- Risikogrupper
- Bruksanvisning og solingsanbefalinger
  - Solingslengde og intervall

## 5. Tekniske krav til solarier

Kandidaten skal ha kunnskap om utstyret, hvordan det virker og hvilke krav som stilles, slik at de kan gi best mulig veiledning til kunden i bruken av det.

- Regelmessig kontroll av apparatene
  - Ekvivalenskodning
  - Tidsur
  - Beskyttelsesbriller
- Internkontroll
- Kompetanse, instruksjoner og prosedyrer

## 6. Tilsyn

Kandidaten skal ha kunnskap om hva et tilsyn er, hvem som utfører det og hva som kreves av solstudio og de ansatte ved et tilsyn.



Statens strålevern  
Norwegian Radiation Protection Authority