



Schützen Sie sich vor UV-Strahlung!



Weitere Informationen finden Sie unter:
www.melanoma.ch



Welchen Sonnenschutzfaktor (SPF) sollte ich wählen?

Die Wahl des idealen SPF hängt vom Hauttyp, dem Urlaubsziel und der Jahreszeit ab: Je heller die Haut, je höher über dem Meeresspiegel, je näher das Urlaubsziel am Äquator und je sommerlicher die Jahreszeit ist, desto höher sollte die Wahl für einen bestimmten SPF ausfallen. Generell gilt aber, dass man sich bei Freizeitaktivitäten – Gärtnern, Sport im Freien etc. – mit Sonnenschutzprodukten mit einem SPF von mindestens 30 eincremt.

UV-Strahlung / Sonnenschutz

FAQs

Kann ich durch erneutes Eincremen meinen Sonnenschutz verlängern?

Die Schutzwirkung wird nie verlängert. Mit dem gewählten SPF legen Sie einen bestimmten Sonnenschutz für sich fest, z.B. SPF 30 > hoher Sonnenschutz und mit SPF 50+ > sehr hoher Sonnenschutz. Erneutes Eincremen erhält lediglich den gewählten Sonnenschutz. Der Sonnenschutz lässt sich nur erhöhen, wenn man ein Produkt mit einem höheren SPF wählt.

Nationale Hautkrebskampagne 2019
www.melanoma.ch

sgdV
ssdV



Warum ist die Haut von Kindern in der Sonne besonders gefährdet?

Bei Kindern sind bestimmte Zellen in der sich noch formenden Haut der UV-Strahlung mehr ausgesetzt als beim Erwachsenen. Kinder und Jugendliche sollten davor bewahrt werden einen Sonnenbrand zu erleiden. Es besteht ein Zusammenhang zwischen der Anzahl an Sonnenbränden und dem Risiko später im Leben an Hautkrebs zu erkranken. Neben dem Meiden der Sonne zur Mittagszeit, dem Aufsuchen von Schatten, dem Tragen von UV-dichten Kleidern und Hut sollten unbedingt Produkte mit sehr hohem Sonnenschutz (SPF50+) verwendet werden.

Warum ist die Haut von Kindern in der Sonne besonders gefährdet?

ausgesetzt als beim Erwachsenen. Kinder und Jugendliche sollten davor bewahrt werden einen Sonnenbrand zu erleiden. Es besteht ein Zusammenhang zwischen der Anzahl an Sonnenbränden und dem Risiko später im Leben an Hautkrebs zu erkranken. Neben dem Meiden der Sonne zur Mittagszeit, dem Aufsuchen von Schatten, dem Tragen von UV-dichten Kleidern und Hut sollten unbedingt Produkte mit sehr hohem Sonnenschutz (SPF50+) verwendet werden.

UV-Strahlung / Sonnenschutz

FAQs

Ab wann kann man Sonnenschutzmittel bei Babies verwenden?

Viele Hersteller bieten Sonnenschutzprodukte bereits für Kinder ab dem ersten Lebensjahr an. Hautärzte empfehlen, Babies und Kleinkinder bis zu drei Jahren grundsätzlich NICHT der direkten Sonne auszusetzen.

Nationale Hautkrebskampagne 2019
www.melanoma.ch

sgdV
SSdV



UV-Strahlung / Sonnenschutz

FAQs

Kann ich im Solarium meine Haut auf die Sonne vorbereiten?

Nein. In den meisten Solarien wird UVA-Bestrahlung verabreicht. Sonnenbrände werden durch UVB-Strahlen verursacht. Die im Solarium erworbene Bräune vermag die Strahlenbelastung in der Natur nicht zu verringern.

Nationale Hautkrebskampagne 2019
www.melanoma.ch

sgdV
SSdV



UV-Strahlung / Sonnenschutz

FAQs

Sind teure Produkte besser?

Die Leistungsparameter von Sonnenschutzprodukten werden nach internationalen, standardisierten Verfahren bestimmt. Die deklarierten Werte müssen vom Produzenten garantiert werden und sind Preis unabhängig. Teurere Produkte sind manchmal kosmetisch angenehmer und bieten «Zusatzleistungen» wie Feuchtigkeitspflege, antioxidative Wirkung etc. an. Die Messung dieser Zusatzleistungen ist nicht genormt, wie dies bei der Strahlenschutzleistung der Fall ist. Sie muss auch nicht garantiert werden.

Nationale Hautkrebskampagne 2019
www.melanoma.ch

sgdV
ssdV

