

Österreich: Sonne und Hautkrebs - II Wien (ÖRK) - Wer während seines Lebens Sonnenbrände sammelt, riskiert vorzeitige Hautalterung und Hautkrebs. Doch dieser Gefahr

kann sehr leicht begegnet werden. Praktisch jeder verfügt über die richtigen Mittel dazu: "Mit Hut, Hemd, Hose und Sonnenbrille kann ein Sonnenbrand verhindert werden", sagt Dr. Heinz Peter Slatin, Chefarzt des Österreichischen Roten Kreuzes. Wer gerne in der Sonne liegt, sollte auf jeden Fall einige Regeln beachten.

"Am einfachsten ist es, Sonnenbrände mit entsprechender Kleidung zu vermeiden", so Slatin. Auf Körperstellen, die von der Kleidung nicht bedeckt werden, Sonnenschutzmittel auftragen. "Diese Mittel benötigen Zeit, um ihre Schutzfunktion voll zu entfalten. Also unbedingt etwa eine halbe Stunde vor dem Sonnenbaden auftragen. Außerdem sollte darauf geachtet werden, beim Baden wasserfeste Schutzmittel zu verwenden", sagt Slatin.

Um die Haut an die Sonne zu gewöhnen, ist es besser, die ersten Urlaubstage im Schatten zu verbringen. Aber Vorsicht: Auch Sonnenschirme oder eine dünne Wolkendecke lassen noch genügend Strahlung für einen Sonnenbrand durch. Über Mittag ist die Sonneneinstrahlung am intensivsten. Die Einheimischen halten deshalb zu dieser Zeit Siesta. Urlauber täten gut daran, diesem Beispiel zu folgen, um der Haut eine Erholungspause zu gönnen. Sie sollten auch auf Parfüms und Deodorants in der Sonne verzichten. Es könnten bleibende Pigmentflecken entstehen. Bei der Anwendung von Medikamenten ist Vorsicht vor lichtsensibilisierenden Nebenwirkungen geboten.

"Auch wenn Sonnenschutzmittel mehrmals hintereinander aufgetragen werden, verlängert dies nicht die Sonnenschutzzeit", warnt Slatin. Häufiges Einschmieren sei aber wichtig, um die Schutz- und Pflegewirkung zu erhalten. Dabei sollten auch Lippen und Haar nicht vergessen werden. Dafür gebe es eigene Produkte, die beispielsweise in Apotheken erhältlich seien. "Auch nach dem Sonnenbad braucht die Haut Pflege, um ihr verlorene Feuchtigkeit und Fett wieder zurückzugeben", sagt Slatin. "In den After-Sun-Produkten finden sich die notwendigen Inhaltsstoffe."

Rückfragehinweis: ÖRK/Gesundheitsredaktion

Mag. Bernhard Jany
Tel. 01/589 00-151
www.redcross.or.at
25.5.1998

*****ORIGINALTEXT-SERVICE UNTER VERANTWORTUNG DES AUSENDERS*****

OTS0026 1998-05-25/08:40

250840 Mai 98

Link zur Aussendung:

http://www.ots.at/presseaussendung/OTS_19980525_OTS0026