

Solarien – Bräunen mit Vorsicht

Bei vielen Jugendlichen gehört heutzutage eine gewisse Bräune zum guten Aussehen dazu. Nach einer Erhebung des Institutes für Jugendforschung legt sich jeder fünfte weibliche Teenager zwischen 13 und 18 Jahren regelmäßig unter die Sonnenbank. Unter 18 Jährige möchten im Sommer wie im Winter schön knackig braun sein. Vornehme Blässe ist schon seit langem nicht mehr in.

Eine häufige und zu intensive Nutzung von Solarien ist aber gesundheitlich sehr bedenklich, denn „die Haut vergisst nicht“. Akute Schädigungen der Haut zeigen sich in Form von Rötungen, Ödem- und Blasenbildung.

Der häufige Besuch von Solarien verursacht eine vorzeitige Alterung der Haut. Schuld an der Hautalterung ist zu 90 Prozent der UV-Anteil im Sonnenlicht. Von der Sonne und vom Solarium bestrahlte Haut wirkt nach einem gewissen Zeitraum gegerbt, stark pigmentiert, verliert an Elastizität und kann weniger Wasser binden. Dadurch erscheint sie welk und schlaff.

Schwerwiegende Folgen sind Hautkrebs sowie Augenschäden. Jede Schädigung der Haut durch UV-Strahlen im Kindes- und Jugendalter erhöht das Risiko für den schwarzen Hautkrebs im mittleren Erwachsenenalter. Bei starkem UV- Strahlenkonsum in der Jugend, kann sich die Anzahl, Größe und die bösartige Entartung sog. Leberflecken, die eine Vorstufe des schwarzen Hautkrebses darstellen können, drastisch erhöhen.

Solarien, die über geschultes Personal und zuverlässige Geräte verfügen, haben vom Bundesamt für Strahlenschutz (BfS) ein Zertifikat erhalten. Deshalb sollten nur Solarien besucht werden, die über eine entsprechende Zertifizierung verfügen. Die Liste dieser Sonnenstudios ist über den unten angeführten Link abrufbar.

Um gesundheitliche Schäden zu minimieren, sollten die folgenden Regeln beachtet werden:

- Personen mit empfindlicher Haut, auffälligen oder zahlreichen Leberflecken bzw. Sommersprossen sollten zuvor den Hausarzt befragen. Gleiches gilt für Personen, die Medikamente einnehmen.
- Ein Sonnenbrand sollte auf jeden Fall vermieden werden.
- Anzahl der Sonnenbäder (Sonne und Solarium) sollten selbst bei Personen mit unempfindlicher Haut auf max. 50 pro Jahr begrenzt werden.
- Zertifizierte Sonnenstudios aufsuchen.

- Keine Sonnenschutzmittel, Kosmetika sowie Duftstoffe vor oder während des Solariumbesuches verwenden.
- Immer eine Schutzbrille tragen.
- Auf Vorbräunung vor dem Urlaub verzichten.

Weitere Infos sowie eine Liste der zertifizierten Solarienbetriebe finden sich unter:

www.bfs.de/de/uv/solarien

www.unserehaut.de

Herausgeberin

Senatsverwaltung für Gesundheit, Umwelt
und Verbraucherschutz
Referat IV D
Oranienstraße 106 10969 Berlin