



CHARTS

EVENTS

PROGRAMM

KONTAKT

▶ Ö3-Liveplayer



APA-FOTO: BARBARA GINDL

Wie viel Sonne verträgt ein Kind?

Österreichs Eltern wissen zwar um die Bedeutung des Sonnenschutzes für ihren Nachwuchs grundsätzlich Bescheid, im Detail sind sie aber teilweise recht uninformiert.

„Ö3-Wecker“ mit Robert Kratky, 5. Juni 2015

Da wundert es dann wenig, dass jedes zweite Kind schon vor seinem zehnten Geburtstag einen oder zwei ordentliche Sonnenbrände „ausgefasst“ hat. Bei Kindern ist der Eigenschutz der Haut noch nicht voll entwickelt, gute Vorsorge ist daher umso wichtiger.

Dermatologin Dr. Elke Janig vom Kuzbari Zentrum für Ästhetische Medizin: Kinder unter drei Jahren sollten nicht der direkten Sonne ausgesetzt werden. Die Haut der Kinder ist noch nicht widerstandsfähig genug und der natürliche Schutz ist nicht aufgebaut. Einerseits ist die Haut noch sehr dünn, das bedeutet, dass die Strahlen schlechter aufgehalten werden und fast ungebremst auf die empfindlichen Zellen treffen. Andererseits ist das Pigmentsystem noch nicht ausgereift, denn die natürliche Pigmentierung, welche das Sonnenlicht beim Erwachsenen auffängt, ist noch nicht voll ausgebildet.

Die drei wichtigsten Tipps für Kids in der Sonne:

1. Kinder unter drei Jahren sollten immer im Schatten bleiben
2. Sonnencreme regelmäßig und mit ausreichender Menge auftragen

Ö3-Verkehrsmeldungen ▶



(z.B. ein Esslöffel/Gesicht)

3. Zur Ausrüstung gehört: Sonnencreme mit Lichtschutzfaktor 50, hoher UVA-Schutz, wasserresistent, für Kinder geeignet, Lippenschutz mit Lichtschutzfaktor 50, Kopfbedeckung, Sonnenbrille und ausreichend Wasser zur Flüssigkeitszufuhr.

So gut sind Sonnenschutzmittel für Kinder

Ein Sonnenschutzmittelttest der Zeitschrift Öko-Test hat wieder einmal gezeigt, dass teure Produkte nicht zwangsläufig die besten sein müssen: Denn von insgesamt 23 Produkten für Kinder waren nur sechs Produkte empfehlenswert, darunter auch das billigste.

Die detaillierten Testergebnisse gibt es auf den Seiten der [Arbeiterkammer Oberösterreich](#) nachzulesen.