
Kinderhaut vor Sonne schützen

Stand
08/2018

Sonnenbrände im Kindes- und Jugendalter bergen ein großes Risiko für spätere Hautkrebserkrankungen.

Daher muss Kinderhaut besonders sorgfältig vor intensiver Sonneneinstrahlung geschützt werden. Textilien eignen sich dafür besser als jeder chemische Sonnenschutz. Auch wer in sonnige Gefilde reisen will, sollte daher ausreichend langärmelige Kleidungsstücke einpacken.

Allerdings ist bei der Auswahl der richtigen "Schutzkleidung" auf einiges zu achten.

So sollten die besonders exponierten Stellen wie Schultern oder Ausschnitt bedeckt und der Stoff möglichst dicht gewoben sein.

Naturfasern, wie Baumwolle oder Seide ist der Vorzug vor Kunstfasern einzuräumen. Hält man den Stoff gegen das Licht, wird erkennbar, ob er viel oder wenig Strahlung durchlässt. Zudem halten dunkle Farben die Sonnenstrahlen besser ab als helle. Vor dem ersten Tragen sollten die Textilien gewaschen werden, denn beim Waschen verdichtet sich das Gewebe. Während sich der Einlaufeffekt günstig auf den Sonnenschutz auswirkt, nimmt die Durchlässigkeit von Stoffen bei starker Dehnung zu. Ein locker getragenes Leibchen ist dichter, als ein enges.

Bisher sind nur wenige Textilien bezüglich ihres Lichtschutzfaktors gekennzeichnet.

Und auch wenn diese Kennzeichnung erfolgt, so ist aus dem Etikett nicht abzulesen, ob der Sonnenschutz aufgrund der Gewebedichtigkeit oder aber mit Hilfe chemischer Ausrüstung erzielt wurde. Dieser Umstand wird von VerbraucherschützerInnen kritisiert.

Ein Sonnenhut ist für Kinder unverzichtbar. Er schützt Gesicht und Nacken zusätzlich vor Verbrennungen und den Kopf vor zu starker Sonneneinstrahlung. Auch bei der Auswahl des

Sonnenhutes ist auf dichtes, möglichst dunkelfarbiges Gewebe zu achten Für kleine Kinder bieten Schirmkappen mit Nackenlatz den besten Rundumschutz für den Kopf.

Über den textilen Sonnenschutz hinaus sollten unbedeckte Hautstellen eine halbe Stunde vor dem Aufenthalt in der Sonne mit einem Sonnenschutzmittel mit hohem Lichtschutzfaktor eingerieben werden. Zu empfehlen sind Mittel, welche UV-Filter auf mineralischer oder pflanzlicher Basis beinhalten.