

Kinderärzte warnen vor zu viel Sonne

(ri) Die zur Zeit starke Sonneneinstrahlung hat bei den Kinder- und Jugendärzten zu vielen Praxisbesuchen wegen Hautverbrennungen geführt. Sorge macht dieser Umstand nicht nur wegen der starken Schmerzen, des Flüssigkeitsverlustes, der Infektionsgefahr und der möglichen Narbenbildung nach Sonnenbrand, sondern auch wegen der Langzeitfolgen, die UVA- und UVB-Strahlen verursachen. Da die Haut „nichts vergisst“, erhöht jeder

ungeschützte Aufenthalt in der Sonne das Risiko, schon in sehr jungem Alter an Hautkrebs zu erkranken, schreibt Dr. Renate Harnacke, Sprecherin der Mönchengladbacher Kinder- und Jugendärzte. Bösartige Melanome, deren Zahlen sprunghaft steigen, metastasieren sehr schnell, so dass immer mehr noch junge Menschen an den Folgen sterben.

Die Kinder- und Jugendärzte erinnern deshalb an die nötige Vor-

beugung: Kinder unter zwei Jahren sollten sich möglichst gar nicht in der direkten Sonne aufhalten. Da die UVA- und UVB-Strahlung – übrigens am stärksten zwischen 11 und 15 Uhr – auch im Schatten wirksam ist, sollten Kopfbedeckungen mit weiten Krempe zum Schutz von Gesicht, Ohren und Nacken getragen werden, qualitativ gute Sonnenbrillen, sowie möglichst dichtgewebte T-Shirts und Baumwollhosen.

Nicht mit Kleidung zu bedeckende Hautstellen sollten mit einer Sonnencreme mit Schutzfaktor 50 geschützt werden. Es empfiehlt sich, so Dr. Harnacke, die Sonnencreme im Kühlschrank aufzubewahren und nur auf die gesäuberte Haut aufzutragen. Für noch nicht zwei Jahre alte Kinder sollte ein Sonnenschutz aus der Apotheke gewählt werden, generell sind Cremes ohne Parfüm- und Konservierungsstoffe verträglicher.