

## Hautschutz im Sommer

**BERLIN** – Sommeranfang: Die meisten Menschen in Deutschland freuen sich auf Wochen in der Sonne. Zu viel UV-Strahlung birgt jedoch ein großes Gesundheitsrisiko: Laut Experten der Deutschen Krebshilfe erkranken pro Jahr 251.000 Menschen in Deutschland neu an Hautkrebs, der damit häufigsten Tumorart hierzulande. Verbraucher sollten nur eingecremt in die Sonne gehen, das Hautkrebsscreening der gesetzlichen Krankenkassen nutzen und sofort den Arzt konsultieren, wenn die Haut sich auffällig verändert, rät das IPF.

### Gesunde Bräune gibt es nicht

Wer die Sonnenstrahlen nicht in Maßen genießt, riskiert, dass die UV-Strahlen die Hautzellen schädigen und zu Genmutationen führen, aus denen Krebs entstehen kann. Grundsätzlich gilt: Gesunde Bräune gibt es nicht. Die Hautverfärbung ist eine reine Schutzreaktion. Zunächst verdickt sich die obere Hornschicht und bildet die sogenannte Lichtschwiele, um die UV-Strahlung zu reduzieren. Klappt dies nicht, bildet sich in den tieferen Hautschichten das Pigment Melanin. Das Problem: In den Pigmentzellen sammeln sich Erbgutveränderungen an. Darum können bereits junge Menschen an Melanomen (schwarzem Hautkrebs) erkranken.

### Gefährlich auch ohne Sonnenbrand

Schädigt die Sonne das Erbgut besonders stark, kommt es zum programmierten Zelltod – für Betroffene als Sonnenbrand spürbar. Die Haut bildet Blasen, schält sich und bildet sich anschließend neu. Die Zellschäden können Jahrzehnte später noch zu Hautkrebs führen. Je nachdem, wie empfindlich das größte Organ des Menschen auf die UV-Strahlung reagiert, ist die kritische Dosis bereits vor dem Sonnenbrand überschritten. Daher sollten Sonnenanbeter nie den ganzen Tag in der Sonne verbringen – auch wenn sie sich immer wieder eincremen.

Weitere Informationen enthält das IPF-Faltblatt „Tumore“. Es kann kostenlos unter [www.vorsorge-online.de](http://www.vorsorge-online.de) heruntergeladen werden. Wer keinen Internetanschluss hat, kann das Faltblatt auch schriftlich bestellen beim IPF-Versandservice, Postfach 27 58, 63563 Gelnhausen. Dabei unbedingt den Titel des IPF-Faltblatts angeben, Namen und vollständige Adresse.

*Das Infozentrum für Prävention und Früherkennung (IPF) informiert die Öffentlichkeit über bestehende Möglichkeiten der Krankheitsvorsorge durch Laboruntersuchungen. Seit über 15 Jahren veröffentlicht das IPF in Zusammenarbeit mit anerkannten Experten Broschüren und Faltblätter zu einzelnen Krankheiten und deren Früherkennung. Diese Veröffentlichungen können kostenlos angefordert werden. Das IPF wird vom Verband der Diagnostica-Industrie (VDGH) unterstützt. Seine Neutralität wird durch einen wissenschaftlichen Beirat gewährleistet, dem erfahrene Ärzte angehören. Weitere Informationen erhalten Sie unter [www.vorsorge-online.de](http://www.vorsorge-online.de)*

AUSGABEDATUM

15.06.2015

RÜCKFRAGEN AN

Julia Valtwies

Redaktionsleiterin

T 030-200 599 48

[presse@vorsorge-online.de](mailto:presse@vorsorge-online.de)

[www.vorsorge-online.de](http://www.vorsorge-online.de)

[twitter.com/vorsorgeonline](https://twitter.com/vorsorgeonline)