

ANTONIUS-HAUSAPOTHEKE

am Oberen Stadtplatz

MEDIZIN & GESUNDHEIT

Hautkrebs-Risiko vermindern!

Die Haut richtig vor UV-Strahlung schützen!

Laut Experten der Deutschen Krebshilfe erkranken pro Jahr 251.000 Menschen in Deutschland neu an Hautkrebs, der damit häufigsten

Tumorart hierzulande. Wer die Sonnenstrahlen nicht in Maßen genießt, riskiert, dass die UV-Strahlen die Hautzellen schädigen und zu Genmutationen führen, aus denen Krebs entstehen kann.

AOK finden es 60% der Befragten zu aufwendig, sich einzucremen. Männer erwiesen sich dabei als noch größere Sonnenschutzmafel als Frauen (44% im Vergleich zu 25%). 28 % aller Befragten gaben an, sich nur bei besonderen Gelegenheiten einzucremen, etwa im Urlaub.

Trotzdem schützen viele von uns die Haut nicht richtig gegen schädliche Auswirkungen zu hoher UV-Strahlung. Laut eine Forsa-Umfrage im Auftrag der

Eigenschutz hängt vom Hauttyp ab!

Menschen mit heller Haut reagieren empfindlicher auf UV-Strahlung als dunkelhäutige. Die Wissenschaft unterscheidet zwischen sechs Hauttypen, die meisten Mitteleuropäer gehören zum Typ 2 oder 3. Ihre Haut verfügt bei intensiver UV-Strahlung über einen Eigenschutz von 20 bis 30 Minuten, danach nimmt sie Schaden.

Wer nicht auf ein Sonnenbad verzichten will, sollte unbedingt seinen Hauttyp wissen und dar-



WHO-App mit lokaler Sonnenschutz-Empfehlung



Mit der „SunSmart-GlobalUV“-App kann man für jeden Aufenthaltsort die aktuelle UV-Strahlung prüfen und sehen, ob und wann Sonnenschutz nötig ist.

- Tägliche UV-Werte für das lokale Gebiet
- 5-Tage-Vorhersage mit UV- und Wettervorhersage
- Zugang zu den prognostizierten UV-Werten und Sonnenschutzzeiten

Hautkrebsrisiko vermindern – Augenschäden durch UV-Strahlung verringern!

auf den richtigen Sonnenschutz abstimmen und sich großzügig mit Sonnencreme oder -gel einreiben. Die verwendeten Sonnenschutzmittel sollten im Sommer grundsätzlich immer Lichtschutzfaktoren (LSF) zwischen 30 und 50 enthalten. Laut Forsa-Umfrage glauben immer noch über 30% der Sonnenanbeter, ein hoher Lichtschutzfaktor garantiert, keinen Sonnenbrand zu bekommen. Tatsächlich sagt der Lichtschutzfaktor aus, wie lange z.B. die Sonnenschutz-Creme die

Eigenschutzzeit verlängert.

Optimaler Sonnenschutz

Ob Sie Ihren Urlaub mit Sonne in anderen Ländern oder zuhause planen, eine gründliche Vorbereitung für den optimalen Schutz Ihrer Haut und die richtige Bestückung Ihrer Reise-Apotheke ist unabdingbar. Wir beraten Sie individuell, bestimmen Ihren Hauttyp und empfehlen Ihnen genau den richtigen Sonnenschutz.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Gesundheits-Woche
24. – 29. Juni 2024

● **Spezialberatung „Optimaler Sonnenschutz und Reise-Apotheke!“**

● **Sonderrabatt auf alle rezeptfreien Arzneimittel und Kosmetika**

20%



ANTONIUS
APOTHEKE

UNSER WISSEN
FÜR IHRE GESUNDHEIT
GESUNDHEITS-CENTER
Antonius-Apotheke