

**D**onatella Versace oder Dita von Teese? Dermatologen würden wohl lieber den Pin-up-Star als Teint-Idol sehen. Den meisten von uns steht ein Hauch von Farbe jedoch besser. Die dafür benötigten Strahlen sind auch keineswegs nur böse. So stimulieren sie etwa die Vitamin-D-Bildung, notwendig, um Kalzium in den Knochen einzulagern. Sie wirken auch positiv auf unsere Psyche. Die Wärme und Helligkeit des Lichts brauchen wir, um uns wohlzufühlen. Andererseits begünstigen UVA-, UVB- und IR-Strahlung Hautkrebs, Hautalterung, Rötungen (Couperose, Rosazea), sowie Hyperpigmentierung. UVA fördert Sonnenallergie, UVB bedingt den Sonnenbrand und verschlim-

mert bereits bestehende Akne. Sonnenlicht produziert leider auch freie Radikale, die Zellen angreifen können und die Haut vorzeitig altern lassen. In Fachkreisen wird derzeit auch heiß diskutiert, ob Infrarotstrahlen genauso gemein sind, denn infrarotes Licht erwärmt die Haut sehr stark und gelangt ebenfalls in das Zellinnere. Wer nicht auf die offiziellen Ergebnisse warten möchte, verwendet bereits jetzt Produkte mit eingearbeiteten Radikalfängern. Zum Beispiel enthält „Patent Cellular Bioprotection“ der Bioderma-Produkte das Zuckerderivat Mannitol und Ectoin. Ladival wirkt hingegen durch den „IR-A Schutzkomplex“, in dem Traubenkernextrakt und Vitamin E stecken. Hochwertiger, ausreichender Son-

nenschutz ist also unabdingbar; dabei bitte weder an der Qualität noch an der Quantität sparen. UV-Schutzprodukte immer sehr großzügig auftragen. Als Faustregel gilt: ein Teelöffel für das Gesicht und vier Esslöffel für den Körper. Eine große Flasche (circa 200 Milliliter) ist demnach etwa für eine Woche ausreichend. Erst nach 30 Minuten ist der Schutz komplett aufgebaut, alle drei Stunden sollte nachgelegt werden. Wer also immer typgerecht cremt, darf den Sommer auch getrost mal auf der Sonnenseite verbringen.



● DR. MED. CLAUDIA PETTKE-RANK

Die Hautärztin & Allergologin vom Cutaris Hautzentrum in München beriet uns in Sachen Sonnenschein

## Tanning 2012: Von Hightech bis Bio, neue Produkte pflegen, schützen und reparieren gleichzeitig.

**1 | LAIT DE MONOI SPF 30 VON HEI POA**  
Hoher Schutzfaktor, komplett ohne Parabene, Farbstoffe und Allergene, daher auch für Kinder und Allergiker geeignet. Die leichte, pflegende Emulsion mit köstlich duftendem, biozertifiziertem Tiaréöl zieht sofort ein.  
**Preis: um 19 Euro/150 ml**  
► Bestellcode: MPS040

**2 | SONNENSCHUTZ SPRAY LSF 25 VON LADIVAL**  
Muss nicht verrieben werden, ist wasserfest und enthält einen Schutz gegen Infrarotstrahlung. Funktioniert auch kopfüber, daher auch für schwer zu erreichende Stellen geeignet. Vitamin E und Bisabolol nähren die Haut zusätzlich.  
**Preis: um 16 Euro/200 ml**  
► Bestellcode: MPS041

**3 | SONNEN-MILCH LSF 30 VON ANNEMARIE BÖRLIND**  
Kommt ohne Tierextrakte, synthetische Farbstoffe und PEG aus, kostbare Pflanzenwirkstoffe und ein Anti-Age-Komplex stärken die Widerstandskraft der Haut.  
**Preis: um 18 Euro/125 ml**  
► Bestellcode: MPS042

**4 | SUN LOTION LSF 20 VON SANTE**  
Stoffe aus streng biozertifiziertem Anbau, schützt mit rein mineralischem Sonnenfilter. Antioxidative Extrakte aus Gojibeere und Kaffee wirken vorbeugend gegen Rötungen. Natürlicher geht's kaum.  
**Preis: um 13 Euro/100 ml**  
► Bestellcode: MPS043

**5 | SONNEN-LOTION LSF 30 VON DADO SENS**  
Auf Naturbasis, für empfindliche Haut entwickelt, für Menschen mit Neurodermitis, Rosazea oder Psoriasis geeignet. Zu 100 Prozent ohne Silikone, Konservierungsstoffe und Parfum.  
**Preis: um 17 Euro/125 ml**  
► Bestellcode: MPS044

**6 | DUO BRONCE FACTOR 25 VON SENSOLAR**  
Besonders für Männer und Sportler geeignet. Wasserbeständig, flüssig, nicht fettend und hautpflegend. Der pflegende und der schützende Teil vermischen sich durch Schütteln vor dem Auftragen.  
**Preis: um 30 Euro/200 ml**  
► Bestellcode: MPS045

## Schau genau: Produktkunde

**HAUTTYP UND SCHUTZFAKTOR**  
So kann jeder leicht das für seinen Hauttyp geeignete Produkt finden. Der Lichtschutzfaktor (LSF oder PSF) besagt, um wie viel Mal die maximale (!) Eigenschutzzeit der Haut erhöht wird. Trotz Schutz gilt es, die Mittagssonne (zwischen elf und 15 Uhr) zu meiden und alle drei Stunden nachzucremen.

**BESONDERHEITEN** Hier wird beispielsweise darauf hingewiesen, dass ein Infrarotschutz enthalten ist, der die Zellen durch einen Antioxidantien-Cocktail vor Mutation bewahrt. „Ohne Parfum, Farb- und Konservierungsstoffe“ bedeutet, dass das Produkt auch für Kinder und Allergiker geeignet ist. Der Begriff „wasserfest“ sagt aus, dass nach dem Schwimmen noch ein gewisser Sonnenschutz auf der Haut zurückbleibt. Für eine komplette Schutzwirkung muss allerdings nachgcremt werden.

**ZUSATZWIRKUNG** Erläutert, ob etwa ein Anti-Age-Komplex gegen Hautalterung, pflanzliche Öle als Feuchtigkeitsspender oder reizlindernde Wirkstoffe wie Bisabolol eingearbeitet wurden.

**Ladival<sup>®</sup> SONNENSCHUTZ SPRAY**  
NORMALE BIS EMPFINDLICHE HAUT  
25  
mittel  
Schützt sofort und pflegt intensiv  
Wasserfest  
STADA

**Ladival**  
Dieses Sonnenschutz Spray bietet einen zuverlässigen Schutz vor verschiedenen Beschädigungen und vorzeitiger voranschreitender Hautalterung. Schützt vor den Folgen schädlicher UVA-Strahlung. Ohne Parfum. Farblos und Konservierungsstoffe frei.  
Nur eine Hand auftragen, verreiben - fertig!  
Sonnenschutz spray

Sensibel pflegendes Sonnenschutz Spray  
UVA/UVB-Schutz nach EU-Empfehlung  
Schützt vor den Folgen schädlicher UVA-Strahlung  
Ohne Parfum Farblos und Konservierungsstoffe frei

kein	niedrig	hoch	sehr hoch
10	15, 20, 25	30, 50	50+

UVA

**200ml**  
Füllhöhe technisch bedingt  
www.ladival.de

PZN -4973053  
STADA GmbH, D-61116 Bad Vilbel  
A. STADA Arzneimittel GmbH, D-1190 Wiesbaden  
STADA