



Frühlingssonne genießen - Hautkrebs vermeiden!

Frühlingssonne genießen - Hautkrebs vermeiden!
Deutsche Krebshilfe gibt Tipps für gesundes Sonnenbaden
Bonn (sts) - Endlich Frühling. Strahlende Sonne lockt ins Freie. Nach dem extrem langen Winter genießen viele jetzt das Sonnenlicht und ihre wohltuende Wärme auf der Haut. An Sonnenschutz mag kaum jemand denken. Doch gerade nach dem Winter ist die Haut besonders empfindlich: "Gönnen Sie es Ihrer Haut, sich behutsam an die Frühlingssonne zu gewöhnen", sagt Gerd Nettekoven, Hauptgeschäftsführer der Deutschen Krebshilfe. "Denn zu viel ultraviolette Strahlung lässt die Haut schneller altern und erhöht das Hautkrebsrisiko."
Jährlich erkranken etwa 234.000 Menschen bundesweit an einem Tumor der Haut. Der größte Risikofaktor für dieses Tumorleiden sind die UV-Strahlen. Gerötete Haut ist ein Zeichen für zu starke UV-Bestrahlung. Jeder Sonnenbrand schädigt die Hautzellen und erhöht das Risiko, später an Hautkrebs zu erkranken. Daher ist ein umfassender Sonnenschutz wichtig. Wer sich in der Sonne richtig verhält, vermeidet Sonnenbrände und spätere Hautschäden. Der Aufenthalt im Schatten und Kleidung sind der beste Sonnenschutz. Zur schützenden Kleidung gehören eine Kopfbedeckung, Schuhe, die den Fußrücken ausreichend bedecken, und eine Sonnenbrille mit UV-A- und UV-B-Schutz. Die Experten empfehlen außerdem: Alle unbedeckten Körperstellen mit einem Sonnenschutzmittel eincremen, das einen Lichtschutzfaktor 20, mit UV-A- und UV-B-Schutz enthält.
Die Deutsche Krebshilfe rät zudem davon ab, Solarien zum Vorbräunen zu nutzen. Die Strahlungsintensität der Geräte ist so stark, wie die der Sonne mittags am Äquator. Sie schädigt die Haut und erhöht das Hautkrebsrisiko erheblich. Minderjährigen ist daher seit 2009 der Gebrauch von Solarien gesetzlich verboten.
Weitere Informationen und praktische Tipps gibt es in den Ratgebern und Faltblättern der Deutschen Krebshilfe. Die Info-Materialien können kostenlos bestellt werden.
Interviewpartner auf Anfrage
Bonn, 15. April 2013
Abdruck honorarfrei
Beleg erbeten
Deutsche Krebshilfe e. V.
Buschstr. 32
53113 Bonn
Deutschland
Telefon: 0228/72990-0
Telefax: 0228/72990-11
Mail: deutsche@krebshilfe.de
URL: <http://www.krebshilfe.de>

Pressekontakt

Deutsche Krebshilfe e. V.

53113 Bonn

krebshilfe.de
deutsche@krebshilfe.de

Firmenkontakt

Deutsche Krebshilfe e. V.

53113 Bonn

krebshilfe.de
deutsche@krebshilfe.de

Die Deutsche Krebshilfe wurde am 25. September 1974 gegründet. Ziel des gemeinnützigen Vereins "Deutsche Krebshilfe e.V." ist es, die Krebskrankheiten in all ihren Erscheinungsformen zu bekämpfen. Nach dem Motto "Helfen. Forschen. Informieren." fördert die Deutsche Krebshilfe Projekte zur Verbesserung der Diagnose, Therapie, Nachsorge und Selbsthilfe. Sie hilft, die personelle und sachliche Ausstattung beispielsweise in Kliniken zu verbessern und Notstände in Therapie-, Forschungs- und Rehabilitationseinrichtungen zu beheben. Durch eine Krebskrankheit in Not geratene Menschen erhalten bei der Deutschen Krebshilfe Beratung, Hilfe und im begründeten Einzelfall auch finanzielle Unterstützung.