

## Reaktion auf die Sonne

## Reaktion auf UV-Leuchtstofflampen (Bräunungsanlagen)

Haut- typ <sup>1)</sup>	Beschreibung	Bezeichnung	Reaktionen auf die Sonne		Eigenschutzzeit in der Sonne <sup>2)</sup>	Empfohlene Besonnungszeiten beim ersten Sonnenbad für Bräunungsanlagen			
			Sonnenbrand Wirkung	Bräunung Wirkung		Bräunungsanlage mit 100 W Reflektorröhren und Hochdruckklampen	Bräunungsanlage mit 160 W Reflektorröhren und Hochdruckklampen	Bräunungsanlage mit 120 W Lighttech-Combi- Röhren	Bräunungsanlage mit 180 W Lighttech-Combi- Röhren
<b>I</b>	<b>Haut</b> auffallend hell <b>Sommersprossen</b> stark <b>Haare</b> rötlich <b>Augen</b> blau <b>Brustwarzen</b> sehr hell	Keltischer Typ (2 %)	<b>Nur</b> schwer	<b>Keine</b> Rötung, nach 1-2 Tagen weiss, Haut schält sich	5-10 Minuten	<b>keine Bräunungsanlage benutzen</b>			
<b>II</b>	<b>Haut</b> etwas dunkler als <b>I</b> <b>Sommersprossen</b> selten <b>Haare</b> blond bis braun <b>Augen</b> blau, grün, grau <b>Brustwarzen</b> hell	hellhäutiger Europäer (12 %)	<b>Immer</b> schwer	<b>Kaum</b> Haut schält sich	10-20 Minuten	<b>8-18</b> <b>Minuten</b>	<b>6-12</b> <b>Minuten</b>	<b>5-10</b> <b>Minuten</b>	<b>5-9</b> <b>Minuten</b>
<b>III</b>	<b>Haut</b> hell bis hellbraun, frisch <b>Sommersprossen</b> keine <b>Haare</b> dunkelblond, braun <b>Augen</b> grau, braun <b>Brustwarzen</b> dunkler	dunkelhäutiger Europäer (78 %)	<b>Seltener</b> leicht	<b>Durchschnitt</b>	20-30 Minuten	<b>8-25</b> <b>Minuten</b>	<b>6-17</b> <b>Minuten</b>	<b>5-13</b> <b>Minuten</b>	<b>5-10</b> <b>Minuten</b>
<b>IV</b>	<b>Haut</b> hellbraun, oliv <b>Sommersprossen</b> keine <b>Haare</b> dunkelbraun <b>Augen</b> dunkel <b>Brustwarzen</b> dunkel	mittel- meerischer Typ (8 %)	<b>Kaum</b>	<b>Schnell</b> <b>und tief</b>	30-40 Minuten	<b>8-31</b> <b>Minuten</b>	<b>6-21</b> <b>Minuten</b>	<b>5-16</b> <b>Minuten</b>	<b>5-15</b> <b>Minuten</b>
<b>V</b>	<b>Haut</b> tiefbraun <b>Sommersprossen</b> keine <b>Haare</b> dunkel <b>Augen</b> dunkel <b>Brustwarzen</b> dunkel	mittelöstlicher Typ, Indianer	<b>Sehr selten</b>	<b>Sehr schnell</b> <b>und tief</b>		–	–	–	–
<b>VI</b>	<b>Haut</b> sehr dunkel <b>Haare</b> schwarz <b>Augen</b> schwarz <b>Brustwarzen</b> schwarz	Afro- Amerikaner, Farbiger	<b>Niemals</b> bei regelmäßiger Besonnung	<b>Immer</b> <b>vorhanden</b>		–	–	–	–

(%) = ungefähre Verteilung in Mitteleuropa

<sup>1)</sup> Alle Angaben beziehen sich auf gesunde Haut; nach Kindl/Raab, Fitzpatrick, Pathak u.a.

<sup>2)</sup> Zeitraum für das erste Sonnenbad (ohne Lichtschutzmittel), bei dem man noch keinen Sonnenbrand bekommt.

Die weiteren Sonnenbäder können von Mal zu Mal um 20 – 30 % verlängert werden, soweit kein Sonnenbrand auftritt.