

Was schützt am besten?

Am Anfang gab es nur Creme und Öl. Sonnenschutzprodukte gibt es mittlerweile in allen möglichen dermalen **Darreichungsformen**. Wo liegen die Vorteile? Welchem Kunden können sie welche Zubereitung empfehlen?

Am beliebtesten sind bei den meisten Konsumenten flüssige Emulsionen, die auch gerne als Sonnenmilch oder Sonnenlotion bezeichnet werden. Aber nicht für jeden passt das. Denken Sie an behaarte Körperstellen oder an Kunden, die an einer Mallorca-Akne leiden und empfindlich auf Lipide oder Emulgatoren reagieren.

Gut zu verteilen – die Sonnenmilch Sie ist so beliebt, weil sich damit auch große Hautareale gut eincremen lassen. Außerdem fühlt sich die Haut ange-

nehm und gepflegt an, wie nach dem Auftragen einer Bodylotion. Meist handelt es sich um W/O-Emulsionen mit einem hohen Anteil Wasser und einem geringeren an Öl. Für das Gesicht sind sie den meisten Frauen zu dünnflüssig und zu leicht. Deshalb werden fürs Gesicht eher Sonnencremes verwendet. Um wasserfeste Produkte herzustellen, können hochwertige Öle in die äußere Phase eingearbeitet werden. So bildet die Zubereitung einen wasserabweisenden Film auf der Haut. Häufig werden aber auch Silikonöle zugesetzt. Sie sind im Verhältnis preiswerter und in der Lage

einen sehr dünnen, aber stabilen wasserabweisenden Film zu bilden. Ein Sonnenschutzprodukt darf sich übrigens dann „wasserfest“ nennen, wenn es nach einem zweimaligen Aufenthalt von etwa 20 Minuten im Wasser noch mindestens 50 Prozent der angegebenen Schutzwirkung besitzt. Nachcremen ist also trotzdem erforderlich! Die angegebene Schutzwirkung erhöht sich dadurch aber nicht, denn sie errechnet sich ja aus der Eigenschutzzeit der Haut und dem Lichtschutzfaktor und beides erhöht sich durch Nachcremen nicht!

Beliebt bei Männern – das Sonnenspray Die meisten Männer cremen nicht gerne. Sie bevorzugen leichte Formulierungen, die sich schnell verteilen lassen und die man kaum spürt. Noch dazu ideal für behaarte Arme und Beine oder die Glatze ist daher das Spray. Es muss nach dem Aufsprühen nicht mit den Händen verteilt werden. Allerdings enthalten Sprays häufig Alkohol, der die Haut austrocknet. Auch die richtige Dosierung zu finden und das gleichmäßige Aufsprühen sind nicht so einfach. Beim Sprühen geht zudem einiges der Flüssigkeit verloren.

Geeignet bei Lichtdermatosen – das Sonnengel Wer Hautreaktionen nach dem Sonnenbaden zu befürchten hat oder das leicht fettige Gefühl auf der Haut nicht mag, kann auf emulgator- und lipidfreie Formulierungen wie Gele oder Cremogelee ausweichen. Moderne Gele sind einfach zu verteilen, ziehen schnell ein, kleben nicht und hinterlassen ein angenehmes Hautgefühl. Sie eignen sich auch bei Neigung zu fettiger Haut.

Für alle Mittel gilt: Der Sonnenschutz muss großzügig aufgetragen werden, sonst wird der angegebene Lichtschutzfaktor nicht erreicht. Zu gründlich einreiben sollte man das Produkt aber auch wieder nicht. Denn dann sammelt sich das Sonnenschutzmittel in den feinen Hautlinien. Besser ist es, das Produkt so aufzutragen, dass ein gleichmäßiger dünner Film auf der Haut bleibt. ■



© Ivan-balvan / iStock / Getty Images

Sabine Breuer,
Apothekerin/Chefredaktion