

# Medieninformation

Sächsisches Staatsministerium für Soziales, Gesundheit und  
Gesellschaftlichen Zusammenhalt

**Ihr Ansprechpartner**  
Juliane Morgenroth

**Durchwahl**  
Telefon +49 351 564 55055  
Telefax +49 351 564 55060

presse@sms.sachsen.de\*

20.06.2012

## Sommerurlaub nur mit Sonnenschutz!

Obwohl es allgemein bekannt ist, dass zu viel Sonne die Haut nachhaltig schädigen kann, gehen noch zu viele Menschen sehr leichtsinnig damit um. Für die Sommerwochen empfiehlt deshalb Gesundheitsministerin Christine Clauß: »Gehen Sie als Eltern unbedingt mit gutem Beispiel voran:

- Meiden Sie auf jeden Fall die Mittagssonne zwischen 11 und 15 Uhr.
- Denken Sie immer an eine Kopfbedeckung (günstig mit Schirm und Nackenschutz) sowie an ein Schultern bedeckendes T-Shirt, das auch im Wasser getragen werden kann.
- Tragen Sie mindestens 30 Minuten vor dem Sonnenbad ein geeignetes Sonnenschutzmittel - und dies nicht zu sparsam - auf (günstig ab LSF 30, in südlicheren Breiten entsprechend höher) und cremen Sie nach dem Baden oder Schwitzen unbedingt erneut ein!
- Babys und Kleinkinder dürfen nie der direkten Sonne ausgesetzt werden!«

Eltern haben hierbei eine besondere Verantwortung für ihre Kinder, denn die junge Haut ist noch sehr empfindlich und »vergisst« keinen Sonnenbrand! Eltern beeinflussen durch ihr Verhalten maßgeblich, ob und wie lange ein Kind der Sonne ausgesetzt ist. Abgesehen vom Sonnenbrand werden Hautschädigungen bzw. deren Folgen in der Regel erst viele Jahre später sichtbar.

Eltern und vor allem Kinder halten sich bei schönem Wetter viel im Freien auf und genießen die Zeit an der frischen Luft. Hierbei hält der »Sonnenkult« nach wie vor an: Gebräunte Haut signalisiert Attraktivität, Sportlichkeit oder auch Gesundheit. „Dabei wird das Gesundheitsrisiko durch Sonnenstrahlen häufig unterschätzt“, warnt Clauß.

Allmählich hat jedoch bei vielen Familien ein Umdenken begonnen. Sonnensegel über Kinderwagen, über Sandkästen oder Spielflächen zeugen davon. Die meisten Kleinkinder sind auch »gut behütet« vor der Sonne.

**Hausanschrift:**  
**Sächsisches Staatsministerium  
für Soziales, Gesundheit  
und Gesellschaftlichen  
Zusammenhalt**  
Albertstraße 10  
01097 Dresden

[www.sms.sachsen.de](http://www.sms.sachsen.de)

Zu erreichen mit den  
Straßenbahnlinien  
3, 7, 8 Haltestelle Carolaplatz.

\* Kein Zugang für verschlüsselte elektronische Dokumente. Zugang für qualifiziert elektronisch signierte Dokumente nur unter den auf [www.lsf.sachsen.de/eSignatur.html](http://www.lsf.sachsen.de/eSignatur.html) vermerkten Voraussetzungen.

Zeigen sich erste Rötungen: sofort raus aus der Sonne und bei Bedarf kühle Umschläge anlegen. Wichtig ist zudem, ausreichend zu trinken.