



## MERKBLATT SONNENSCHUTZ

---

Basierend auf den Empfehlungen der Krebsliga

### Grundsatz

Kinder unter 1 Jahr sollen vor direkter Sonneneinstrahlung geschützt werden.

### Sonnenschutz

Wenn es sich dennoch nicht ganz vermeiden lässt, dass Sonnenstrahlen auf das Kind einwirken, dann:

- ❖ **Kleidung:** Dünner langärmeliger Body, dünne Stoffhosen und ein nackendeckender Sonnenhut in dunklen Farben schützt die sensible Säuglingshaut.  
Im und am Wasser eignen sich spezielle UV- Schutz Textilien.
  
- ❖ **Aufenthalt:** Grundsatz: Schatten.  
Insbesondere die Mittagssonne von 11.00 – 15.00 Uhr meiden.
  
- ❖ **Sonnenschutzmittel:** mind. Lichtschutzfaktor 30  
Produkt wählen, das vor <sup>UVA</sup> und UVB – Strahlen schützt.  
Grosszügig auftragen, am besten 2 \* nacheinander, um bestmöglichen Schutz zu erlangen. Auch wasserfeste Produkte nach dem Baden oder Abreiben erneut auftragen.  
Laut Krebsliga ist nicht wichtig, ob mineralisches oder chemisches Produkt: es soll gut zum Auftragen sein, Kinder und Eltern sollen keine Abneigung dagegen haben. Wenn es mühsam zum Auftragen ist, wird die Haut zu wenig geschützt, indem zu wenig Sonnenschutzmittel verwendet wird. Kinderprodukte ohne Parfum und Konservierungsstoffe sind empfohlen.