

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

(%) = ungefähre Verteilung in Mitteleuropa

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

²⁾ 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.

Eine Besonnung im Solarium von Personen unter 18 Jahren ist nicht zu empfehlen.



Hinweise für Solarienbenutzer

Vorsicht: UV-Strahlung kann Schäden an Haut und Augen verursachen. Beachten Sie bitte die Schutzhinweise.

- Die sechs verschiedenen Hauttypen vertragen Sonnen und somit Bestrahlungszeiten unterschiedlich gut. Richten Sie sich nach der Hauttypentabelle und nach der auf der Geräte-Gebrauchsanweisung angegebenen Anfangs- und Höchstbestrahlungsdauer.
- Wenn Sie unter Hautkrankheiten leiden, fragen Sie bitte Ihren Arzt, ob Sie ein Solarium nutzen dürfen. Bei Akne und Schuppenflechte kann UV-Strahlung sogar eine positive Wirkung haben.
- Sollte eine Sonnenbestrahlung bei Ihnen eine krankhafte Hautreaktion hervorrufen, müssen Sie leider auf das Solarium verzichten.
- Eine geeignete Schutzbrille schützt Ihr Augenlicht. Vor allem wenn Sie an der Augenlinse operiert wurden, sollten Sie nicht ohne Schutzbrille sonnen.
- Entfernen Sie Make Up und Kosmetik möglichst schon mehrere Stunden vor der Besonnung. Auch Ihren Schmuck sollten Sie vorher ablegen.
- Vorsicht bei Medikamenteneinnahme! Manche Arzneimittel erhöhen die UV-Empfindlichkeit Ihrer Haut und können so zu krankhaften Reaktionen der Haut führen. Wenn Sie unsicher sind, fragen Sie in jedem Fall Ihren Arzt.
- Maximal ein Sonnenbad pro Tag und bis zu 50 im Jahr sind am besten für Ihre Haut und für Ihr Wohlbefinden. Einen Sonnenbrand sollten Sie immer vermeiden.
- Sonnenschutzmittel brauchen Sie auf dem Solarium nicht – Sie sollten sich aber anschließend abdschen und mit einer After Sun Lotion eincremen.
- Sollten sich bei Ihnen nach der Besonnung Entzündungen oder Blasen bilden, suchen Sie sofort Ihren Arzt auf.
- Falls Sie noch Fragen haben, wenden Sie sich bitte an unser geschultes Fachpersonal.