

Hätten Sie´s gewusst?

Mehrere Antworten sind möglich

1. Welche Mittel bieten der Haut Schutz vor UV-Strahlung?

- a) Selbstbräunungscreme
- b) Kleidung mit UV-Schutz
- c) Sonnenschutzmittel mit hohem Lichtschutzfaktor

Was bedeutet ein Sonnenbrand für die Haut?

- a) Ist nicht so schlimm, geht ja wieder weg und hinterher wird man braun.
- b) Jeder Sonnenbrand schädigt die Haut massiv
- c) Mögliche Spätfolgen von häufigem Sonnenbrand: irreparable Hautschäden, z.B. vorzeitige Hautalterung, Sonnenallergien etc.

3. Was versteht man unter UV-Index?

- a) Verzeichnis aller sonnenbrandwirksamen Hautschutzmittel
- b) Angabe der Tageshöchstwerte der sonnenbrandwirksamen Strahlen
- c) Angabe des Schutzfaktors von Sonnenbrillen

4. Wie viel Aufenthalt in der Sonne pro Tag ist ungefähr nötig, damit der Körper Vitamin D produzieren kann?

- a) 10 Minuten
- b) 60 Minuten
- c) 120 Minuten

5. Welche Erkrankungen werden auf häufige Sonnenbrände zurückgeführt?

- a) Hautkrebs
- b) Haarausfall
- c) Horn- und Bindehautentzündungen des Auges, Grauer Star

6. Wie kann man die Haut in den ersten Sommertagen sinnvoll an die UV-Strahlung gewöhnen?

- a) So lange wie möglich in die Sonne legen
- b) So oft wie möglich ins Solarium gehen
- c) Möglichst im Schatten bleiben

7. Gibt es von Mensch zu Mensch Unterschiede im Hinblick auf die Empfindlichkeit der Haut gegenüber UV-Strahlen?

- a) Alle Menschen vertragen UV-Strahlen gleich.
- b) Blonde, rothaarige, hellhäutige Typen bekommen schneller Sonnenbrand als dunkelhäutige Typen.
- c) Dunkelhäutige Typen sind empfindlicher gegenüber UV-Strahlen als hellhäutige.

8. Was sollte man tun, wenn sich ein Hautfleck oder Muttermal verändert?

- a) Abwarten und beobachten
- b) Umgehend einen Arzttermin vereinbaren
- c) Verstärkt Sonnenschutzmittel auftragen

Auflösung Quiz „Hätten Sie´s gewusst?“ 1 b und c , 2 b und c, 3 b, 4 a, 5 a und c, 6 c , 7 b, 8 b.