# „SCHUTZ VOR UV-A-STRAHLUNG MUSS BESSER WERDEN."

Sommerzeit ist Sonnenzeit. Vor allem Berufstätige, die viel im Freien arbeiten, müssen sich jetzt vor schädlichen UV-Strahlen schützen. Dabei steht meist der Schutz vor UV-B-Strahlen im Fokus, obwohl UV-A-Strahlen genauso schädlich sein können. Warum das so ist und wie eine mögliche Lösung aussehen kann, darüber spricht UV-Schutz-Experte Uli Osterwalder im Interview.

**Herr Osterwalder, haben Sie grundsätzlich den Eindruck, dass dem UV-Schutz in der Öffentlichkeit genügend Aufmerksamkeit beigemessen wird?**

Sicherlich könnte man noch mehr machen. Aber beim Sonnenschutz gibt es nicht so einfache Maßnahmen wie bei anderen Gesundheits- oder Unfallverhütungskampagnen, wie etwa Rauchverbote oder Sicherheitsgurtpflicht. Das Thema ist komplexer.

**Welche Auswirkungen haben UV-Strahlen denn auf den Körper und die Haut?**

Zunächst einmal dürfen wir nicht vergessen, dass Sonnenlicht positive und negative Auswirkungen hat. Ohne Sonne gäbe es kein Leben und auch im täglichen Leben brauchen wir die Sonne für unsere Gesundheit. Was es zu vermeiden gilt, ist das Zuviel an Strahlung. Die erste Hautreaktion, die uns ein Zuviel anzeigt, ist der Sonnenbrand. Bei den langfristigen Auswirkungen wie Hautalterung oder Hautkrebs gibt es kein solches Frühwarnsystem. Wir sind deshalb auf guten Sonnenschutz angewiesen.

**Wie schütze ich mich wirkungsvoll vor der Sonne?**

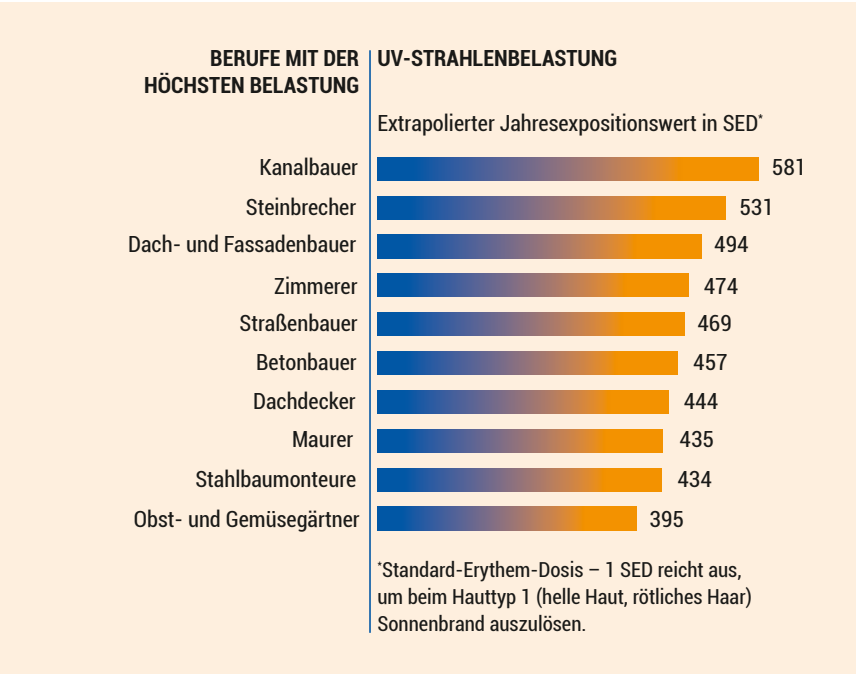
UV-Schutzkleidung, Sonnenbrillen und eine angemessene Kopfbedeckung sollten zur Standardausrüstung für Beschäftigte gehören, die viel draußen arbeiten und daher besonders gefährdet sind. Aber selbst diese Schutzmittel können nicht alle gefährdeten Stellen lückenlos abdecken.

**Welche Körperstellen sind besonders gefährdet?**

Vor allem die sogenannten Sonnenterrassen, also die Nase, Ohren, Unterlippe, Nacken und Hände. Diese besonders empfindlichen Bereiche müssen in jedem Fall mit Sonnenschutzmitteln geschützt werden.

**Was ist der Unterschied zwischen UV-A- und UV-B-Strahlen?**

UV-B-Strahlen sind kurzwellig, und energiereich. Die UV-A-Strahlen sind langwellig und haben weniger Energie, sie dringen aber tiefer in die Haut ein. Ich bin grundsätzlich der Meinung, dass sich der normale Sonnenschutzmittel-Benutzer nicht um diese Details kümmern muss. Er darf erwarten, dass die Sonnencreme genügend gegen alle UV-Strahlen schützt.




*Das Institut für Arbeitsschutz der DGUV (IFA) hat untersucht, welche Berufsgruppen besonders stark der UV-Strahlung ausgesetzt sind. (Grafik: © DGUV)*

Foto: © Uli Osterwalder

Uli Osterwalder gilt als einer der renommiertesten UV-Schutz-Experten weltweit. Der Schweizer, Jahrgang 1953, ist studierter Chemieingenieur und war als wissenschaftlicher UV-Schutz-Berater unter anderem für BASF tätig. 2018 gründete er sein eigenes Unternehmen: die Sun Protection Facilitator GmbH, mit der er zahlreiche Organisationen und Unternehmen zum Thema UV-Schutz berät. Er ist Autor und Co-Autor zahlreicher wissenschaftlicher Artikel zum Sonnenschutz.

**ULI OSTERWALDER GILT ALS EINER DER RENOMMIERTESTEN UV-SCHUTZ-EXPERTEN WELTWEIT.**

**Bei Sonnenschutzmitteln liegt der Fokus bislang vor allem auf dem UV-B-Schutz. Wird die Gefahr von UV-A-Strahlen richtig eingeschätzt?**

Nein. Zurzeit geben sich die meisten mit einem eher minimalen UV-A-Schutz zufrieden. Das hat auch damit zu tun, dass UV-A-Schutz nicht so einfach zu erzielen ist wie UV-B-Schutz. Bei einem Schutz vor Strahlung mit Wellenlängen bis 400 Nanometer oder noch höher wird Sonnencreme zudem weniger transparent, was nicht erwünscht ist.

**Was ist Ihrer Meinung nach denn das richtige Schutzverhältnis zwischen UV-A und UV-B?**

Bislang kennen wir immer noch nicht alle Details über die Rollen von UV-B und UV-A bei der Entstehung von Hautkrebs. Daher ist es am vernünftigsten, gegen beide Strahlen gleichmäßig zu schützen.

**Gibt es verbindliche Regeln für das Verhältnis von UV-B- und UV-A-Schutz?**

Die Vorgaben sind auf der Welt sehr unterschiedlich: In der EU gibt eine offizielle Empfehlung der EU-Kommission, dass zumindest ein Drittel des angegebenen UV-B-Schutzes auch im UV-A-Bereich erreicht werden muss.

**Warum haben bislang nur die wenigsten Sonnenschutzcremes einen höheren UV-A-Schutz als empfohlen wird?**

Dafür gibt es diverse Gründe: Neben den gerade genannten unterschiedlichen weltweiten Standards zum UV-A-Schutz sind es vor allem die Kosten und die Fähigkeit, die Komponenten der Cremes richtig zusammenzustellen. Ich hoffe aber sehr, dass wir dem Thema künftig eine größere Bedeutung beimessen und den UV-A- und UV-B-Schutz als gleichwertig ansehen – schließlich sollte es immer darum gehen, den bestmöglichen Schutz für den Anwender zu schaffen, damit der sich keine Gedanken machen muss. Der neue Gesetzesentwurf in den USA ist da ermutigend. Er fordert ein UV-A/UV-B-Verhältnis von 0,7.

**Worauf muss man bei der Anwendung der Sonnenschutzmittel achten?**

Beim Sonnenschutz ist es sehr wichtig, dass die Anwender sich regelmäßig eincremen, um den Schutz aufrechtzuerhalten. Weil die Beschäftigten bei der Arbeit draußen häufig schwitzen, ist es vorteilhaft, wenn das Sonnenschutzmittel extra wasserfest ist, damit sich die Anwender nicht zu schnell nachcremen müssen.


Anzeige

SVENSTOL®

Testen Sie etwas
**Hochprozentiges!**

Der Svenstol® ist zu 100 % ein **24-Stunden-Stuhl:** Vom 6-armigen Fußkreuz bis zur 3D-Kopfstütze ist er speziell für langes, gesundes Sitzen in Leitstellen konzipiert. Überzeugen Sie sich selbst!

**Neu: Armlehne mit komfortabler Schnellverstellung!**

**4 Wochen kostenlos testen:**
+49 (0)5261 2889720
info@stolcomfort.com

24 STUNDEN ZERTIFIZIERT
BS 5459

Alle Infos unter **www.stolcomfort.com**

StolComfort