

Pressemitteilung

Sonnenschutz für Kinder schon jetzt besonders wichtig

ROHRBACH. Die ersten Sommertage im April haben heuer nicht nur vielerorts Hitze, sondern auch viel Sonnenschein gebracht. Besonders Kinder sind dabei gefährdet, zuviel Sonne abzubekommen. Die Folge können schwerwiegend sein: Ein Sonnenbrand kann die Hautzellen nachhaltig schädigen, womit das Krebsrisiko im Erwachsenenalter steigt. Vor allem für Kleinkinder sind Sonnencreme und Sonnenbrille im Freien ein Muss.

Die ersten Hitzetage haben heuer dafür gesorgt, dass sich viele Kinder bereits im April in sommerlicher Kleidung im Freien aufhalten. Dabei wird oft auf den Sonnenschutz vergessen – obwohl die Sonne vor allem für Babys und Kleinkinder schon jetzt ein nicht zu unterschätzendes Gesundheitsrisiko birgt. *„Die Haut von Babys und Kleinkindern ist noch sehr dünn und hat einen geringen Eigenschutz, weshalb schon nach fünf Minuten direkter Sonnenbestrahlung ein akutes Sonnenbrandrisiko besteht“*, so Prim.^a Dr.ⁱⁿ Pia Neundlinger, Leiterin der Kinder- und Jugendabteilung am Klinikum Rohrbach. Die Folge können DNA-Schäden in den Hautzellen sein. Das Risiko, später an Hautkrebs zu erkranken, steigt deutlich. Rund 80 Prozent der Hautschädigungen durch die Sonne entstehen in den ersten 18 Lebensjahren.

Kindergerechte Sonnencreme verwenden

Den sichersten Schutz vor Haut- und Augenschäden bietet laut Neundlinger die Vermeidung von UV-Strahlen. Wenn sich (Klein-)Kinder dennoch in der Sonne aufhalten, müssen sie mit einer kindergerechten Sonnencreme (mit mineralischem oder synthetischem Sonnenfilter) eingeschmiert werden. Im ersten Lebensjahr ist eine Creme mit mineralischem Filter zu empfehlen. Grund: Die Kinder sind sofort geschützt, während bei Cremes mit synthetischem Sonnenfilter der Schutz erst nach 30 Minuten eintritt. Es sollte eine Sonnencreme verwendet

werden, die über einen wasserresistenten Sonnenschutz (UVA+UVB) mit einem möglichst hohen Lichtschutzfaktor (LSF) verfügt, wobei ein LSF von 35 oder mehr ratsam ist.

Sonnenbrille mit UV-Schutz

Besonders wichtig ist es laut Neundlinger auch, dass die Augen der Kinder geschützt werden. Diese sind viel empfindlicher wie jene der Erwachsenen. Neundlinger: *„Übermäßige Sonneneinstrahlung kann bei Kindern etwa zu einer vorschnellen Linsentrübung führen“*. Die Kinder sollten deshalb immer eine Kopfbedeckung sowie eine Sonnenbrille tragen. Oft ist es schwierig, dass vor allem Kleinkinder die Brille oben lassen. Eltern können hier wie auch beim Eincremen als Vorbilder vorangehen. Die Kinderbrille sollte eine stabile Fassung sowie bruchsichere Gläser aus Kunststoff mit UV-Filter haben und die Gläser sollten mit dem europäischen Gütesiegel CE und UV-400 versehen sein. Sollte es dennoch zu einem Sonnenbrand kommen, empfiehlt Neundlinger, dass das Kind viel Wasser trinkt. Zudem sollte die Haut gekühlt werden. Neundlinger: *„Bei starken Schmerzen oder Erbrechen ist von den Eltern unbedingt ärztlicher Rat einzuholen.“*

„Der sicherste Schutz vor Haut- und Augenschäden ist die Vermeidung von UV-Strahlen. Sollte sich ein Kind dennoch in der Sonne aufhalten, ist der Aufenthalt möglichst kurz zu halten, wobei Sonnencreme- und brillen zum Schutz von Haut und Augen des Kindes ein Muss sind,“ so Dr.ⁱⁿ Pia Neundlinger, Primaria für Kinder- und Jugendheilkunde am Klinikum Rohrbach.

Linz, am 12. April 2024

Bildtext 1: Sonnenbrillen und Sonnencreme schützen Kinder beim Aufenthalt im Freien vor Sonnenbrand und Augenschäden. (Fotocredit: Shutterstock, Tatevosian Yana, honorarfrei)

Bildtext 2: Prim.^a Dr.ⁱⁿ Pia Neundlinger: „Sonnenbrandrisiko schon nach fünf Minuten mit direkter Sonneneinstrahlung“. (Fotocredit: OÖG, honorarfrei)

Kurzfassung

Die ersten Hitzetage haben heuer dafür gesorgt, dass sich viele Kinder bereits im April in sommerlicher Kleidung im Freien aufhalten. (Klein-)Kinder haben eine besonders empfindliche Haut, weshalb diese unbedingt mit einer Sonnencreme geschützt werden muss. Starke Schädigungen der Haut durch die Sonne erhöhen das Krebsrisiko im Erwachsenenalter. Auch Kopfbedeckung und Sonnenbrille tragen zum Schutz des Kindes bei. *„Den besten Schutz bietet die Vermeidung von UV-Strahlen“*, sagt Prim.^a Dr.ⁱⁿ Pia Neundlinger, Leiterin der Kinder- und Jugendabteilung am Klinikum Rohrbach.

Rückfragen bitte an:

Mag. Karl Leitner
PR & Kommunikation
Klinikum Rohrbach
Tel.: 05 055477-22250
Mobil: 0664/78 006 478
E-Mail: karl.leitner@oöeg.at