



Die Gesundheitsseite

Das Baby in der Sonne



Am Meer, in den Bergen oder auf dem Land – Babys müssen von Kopf bis Fuss vor der Sonne geschützt werden! Was Sie bereits ab der Geburt beachten können.

Wie der Körper reagiert

Die Empfehlungen des Bundesamtes für Gesundheit (BAG) sind klar: Kleinkinder bis zu 2 Jahren nicht der Sonne aussetzen. In der Tat reagiert die empfindliche, noch nicht ausgereifte Haut des Kleinkindes besonders sensibel auf UV-Strahlen. Ohne ausreichenden Schutz dringen die ultravioletten Sonnenstrahlen selbst durch die Wolkenendecke und die Haut entzündet sich. Rot und schmerzhaft bei der Berührung erscheinen gelegentlich auch Blasen oder Pusteln. Achtung: Ein Sonnenbrand kann schlimme Auswirkungen für das Kleinkind haben und es gilt, unverzüglich einen Arzt aufzusuchen.

Was Sie ändern können

Sonnenbrand ist nicht der einzige Risikofaktor für Hautkrebs, aber der einzige, den wir durch unser Verhalten beeinflussen können. Risikofaktoren sind abhängig von der familiären Vorgeschichte der betroffenen Person, der Anzahl/Art von Muttermalen, dem Hauttyp und letztlich auch vom Verhalten in der Sonne. Eine neue Studie zeigt, dass Gefahr vor allem von starken Sonnenbränden mit Blasen und Pusteln droht. Ausserdem zeitigt der durch UV-Strahlen verursachte Schaden eine kumulative Wirkung. Daher ist die Kenntnis der langfristigen Risiken unabdingbar, ebenso eine Reduzierung der diesen Strahlen ausgesetzten Zeit.

Was Sie tun können

- **Vermeiden** Sie weitestmöglich, Ihr Kind der Sonne auszusetzen. Bringen Sie es in den Schatten und schützen Sie es mit entsprechender (vor UV-Strahlen schützender) Kleidung und mit einer Kopfbedeckung.
- **Tragen** Sie eine für Kleinkinder geeignete Sonnencreme **auf** die unbedeckten Körperstellen (Gesicht, Ohren, Hände, Füsse) auf. Fragen Sie Ihren Apotheker um Rat.
- **Auch die Augen schützen:** Bis zum Alter von 12 Jahren sind die Kristalline nicht vollständig ausgebildet und lassen bis zu 75% des UV-Lichts durch. Schützen Sie die Augen Ihres Kindes mit einer EU-zertifizierten Brille (Sonnenschutz 0 bis 4) nach europäischen Vorgaben.
- **Interessant zu lesen:** «Sonnenschutz», eine von der Schweizer Krebsliga veröffentlichte Broschüre, www.krebsliga.ch (siehe Shop). Praktisches Falblatt des BAG «Sonnenschutz für Säuglinge, Kleinkinder und Kinder», www.uv-index.ch.

PlusTipp

Achtung vor Sonnenbrand: Bei Säuglingen und Kleinkindern kann es sehr schnell dazu kommen - gelegentlich mit tödlichen Konsequenzen. Babys verlangen nicht zu trinken, wenn sie Durst haben. Bieten Sie Ihrem Kind regelmässig etwas Wasser an. Sollte Ihr Kind trotz aller Vorsichtsmassnahmen die Symptome eines Sonnenstichs zeigen (Erbrechen, Apathie, beschleunigter Puls...), so rufen Sie den Notdienst. Bringen Sie ihr Kind in der Zwischenzeit an einen kühlen Ort, geben Sie ihm zu trinken und umwickeln Sie seinen Kopf mit einem kühlen, feuchten Handtuch.

Auf www.pharmacieplus.ch finden Sie alle pharmacieplus-Spezialitäten.

Verzichten Sie auf Selbstmedikation ohne Absprache mit Ihrem Apotheker. Falls Sie eine Behandlung durchführen, berät er Sie jederzeit gerne.

