

## SONNENSCHUTZ BEI KINDERN

Besonders im Säuglings- und Kindesalter stellen Sonnenstrahlen eine Gefahr dar. Die Haut ist weniger gut gegen die UV-Strahlung der Sonne geschützt, da sie noch nicht vollständig entwickelt ist. So ist die Kinderhaut dünner und dadurch anfälliger für tiefgreifende Zellschäden.



## FOLGEN VON SONNENSTRAHLEN

Schäden durch UV-Strahlung bauen aufeinander auf und summieren sich mit jedem ungeschützten Aufenthalt in der Sonne.



## ACHTEN SIE BEI SONNENSCHUTZ FÜR BABYS UND KINDER BESONDERS AUF:

- Speziell für Babys und Kinder entwickelt
- Breitband-Sonnenschutz gegen UVA- und UVB-Strahlen
- Lichtschutzfaktor 50+
- Extra wasser- & abriebfest
- Duftstofffrei



## SONNENREGELN FÜR KINDER

### UNBESCHWERT IM FREIEN SPIELEN MIT DIESEN SONNENREGELN

SCHÜTZEN SIE IHRE KINDER IMMER, WENN SIE DRAUSSEN SPIELEN - NICHT NUR AM STRAND.



Besser im Schatten spielen als in der prallen Sonne.



Immer ausreichend Sonnenschutz auftragen und einziehen lassen.



Zwischen 12 und 16 Uhr die Sonne meiden.



Gesicht, Nase, Ohren, Hals und Schultern besonders gründlich eincremen.



Schutz durch T-Shirt, Mütze und Sonnenbrille.



Beim Schwitzen geht Flüssigkeit verloren, deshalb viel trinken.



Alle 2 Stunden und nach jedem Baden erneut eincremen.



Kinder unter 3 Jahren nicht der direkten Sonne aussetzen.



## UNSERE PRODUKTE

GESICHT	FÜR JEDEN HAUTTYP UVMune 400 Invisible Fluid 50ml LSF 50+   LSF 50+ getönt	BEI TROCKENER HAUT UVMune 400 Hydratisierende Creme 50ml LSF 50+   LSF 50+ getönt	ANTI-AGE Age Correct 50ml LSF 50   LSF 50 getönt
	BEI ÖLIGER / UNREINER HAUT UVMune 400 Oil Control Fluid & Gel-Creme 50ml LSF 50+	Oil Correct 50ml LSF 50+	AKTINISCHE KERATOSE KA+ Med 50ml LSF 50+
KÖRPER	BEI TROCKENER HAUT Hydratisierende Milch 75ml / 250ml LSF 50+	FÜR JEDEN HAUTTYP Transparentes Körperspray 200ml LSF 50+	
	BABYS / KINDER	FÜR BABYS UND KINDER Pflegerische Baby-Milch 50ml LSF 50+   Invisible Spray 200ml LSF 50+   Hydratisierende Milch 75ml / 250ml LSF 50+   Wet Skin Gel 200ml LSF 50+   Feuchtigkeits-Fluid 50ml LSF 50+	



FÜR MEHR INFOS ZU ALLEN ANTHELIOS-PRODUKTEN BITTE DEN QR-CODE SCANNEN

UV-FILTER MEXORYL 400

## DAFÜR STEHEN WIR MIT UNSER LINE ANTHELIOS VON LA ROCHE POSAY



### SICHERHEIT

N°1 von Dermatologen empfohlene Hautpflegemarke weltweit\*

**SEHR HOHER UV-SCHUTZ**  
Über das gesamte Spektrum; sogar vor ultra langen UVA-Strahlen



### FÜR EMPFINDLICHE HAUT GEEIGNET

Auch bei sonnenempfindlicher und bei zu Sonnenallergie neigender Haut.

### INDIVIDUELLE & LEICHTE TEXTUREN

Für jeden Hauttyp, für die ganze Familie



### HAUTKREBSPRÄVENTION

Seit über 25 Jahren verpflichtet

### MEDIZINPRODUKT KA+ MED

Zur Prävention von aktinischer Keratose und nicht melanozytärem Hautkrebs

AUSSERDEM UNTERSTÜTZEN WIR GEMEINSAM MIT UNSEREN PARTNERN:

GEMEINSAM GEGEN HAUTKREBS

www.gemeinsam-gegen-hautkrebs.de

Sonne 35 ohne Reue

www.sonneohneue.at

\* Umfrage unter Dermatologen, AplusA + Partner, Jan. 2021 – Juli 2021, in 34 Ländern, die mehr als 82% des weltweiten BIP ausmachen.

LA ROCHE POSAY  
LABORATOIRE DERMATOLOGIQUE



## IHR SONNENSCHUTZ-RATGEBER



NICHT ALLE HAUTVERÄNDERUNGEN SIND HARMLOS.

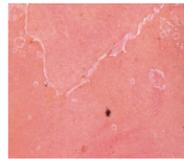
N°1 VON DERMATOLOGEN EMPFOHLENE HAUTPFLEGE MARKE WELTWEIT\*

\* Umfrage unter Dermatologen, AplusA + Partner, Jan. 2021 – Juli 2021, in 34 Ländern, die mehr als 82% des weltweiten BIP ausmachen.

## WARUM MUSS ICH MICH SCHÜTZEN?

Zu viele Sonnenstrahlen können diverse Hautveränderungen bewirken. Daher ist Sonnenschutz unerlässlich.

### MÖGLICHE KURZFRISTIGE FOLGEN:



**SONNENBRAND:**  
Hautrötungen bis hin zu Verbrennungen 2. Grades.



**MELASMA:**  
Die sog. „Schwangerschaftsmaske“ (ugs. „Sonnenallergie“).



**PHOTOSENSIBILISIERUNG:**  
Parfums, bestimmte pflanzliche Stoffe und gewisse Medikamente können zu Hautreaktionen führen, zu 75 % verursacht durch UVA-Strahlen.

### MÖGLICHE LANGFRISTIGE FOLGEN:



**LICHTBEDINGTE HAUTALTERUNG:**  
Ausgeprägte Falten, Dichte- und Spannungsverlust der Haut, Pigmentflecken.



**AKTINISCHE KERATOSE:**  
Rötliche, raue Hautflecken an den besonders lichtexponierten Hautarealen wie Gesicht, Hals, Ohren, Handrücken und Kopfhaut.



**HAUTKREBS:**  
> Basalzellkarzinom  
> Plattenepithelkarzinom  
> Melanom  
(gefährlichste Art des Hautkrebses)

## WOVOR MUSS ICH MICH SCHÜTZEN?

Bei UVA- und UVB-Strahlen handelt es sich um unterschiedliche Arten von ultravioletten Strahlen.

### UVB

**B WIE BRÄUNEN ODER BRAND:**  
UVB-Strahlen verursachen Sonnenbrand.

### UVA

**A WIE ALTERUNG ODER ALLERGIE:**  
UVA-Strahlen verursachen oxidativen Stress & DNA-Schäden, die mittel- & langfristig zu Sonnenallergie, Hautalterung und Hautkrebs führen können.<sup>[1][2]</sup>

**95%**

DER UV-STRAHLEN, DIE DIE ERDE ERREICHEN, SIND **UVA-STRAHLEN**,<sup>[1]</sup> UND DIESE DRINGEN TIEFER IN DIE HAUT EIN ALS UVB-STRAHLEN<sup>[4]</sup>



DAS GANZE JAHR PRÄSENT<sup>[5]</sup>



DRINGEN DURCH FENSTERGLAS<sup>[2]</sup>



DRINGEN DURCH WOLKEN<sup>[2]</sup>

[1] Marionnet, C., Pierrard, C., Golebiewski, C. & Bernerd, F. (2014). Diversity of biological effects induced by longwave UVA rays (UVA1) in reconstructed skin. *PLoS one*, 9(8), e105263.  
[2] D'Orazio, J., Jarrett, S., Amaro-Ortiz, A. & Scott, T. (2013). UV radiation and the skin. *International journal of molecular sciences*, 14(6), 12222-12248.  
[3] Battie, C. & Verschoore, M. (2012). Cutaneous solar ultraviolet exposure and clinical aspects of photodamage. *Indian journal of dermatology, venereology and leprology*, 78, 9.  
[4] Brenner, M. & Hearing, V. J. (2008). The protective role of melanin against UV damage in human skin. *Photochemistry and photobiology*, 84(3), 539-549.  
[5] Battie, C., Jitsukawa, S., Bernerd, F., Del Bino, S., Marionnet, C. & Verschoore, M. (2014). New insights in photoaging, UVA induced damage and skin types. *Experimental dermatology*, 23, 7-12.

## WIE KANN ICH MICH VOR DER SONNE SCHÜTZEN?

Damit ein Sonnenschutzprodukt optimal wirken kann, muss eine ausreichende Menge aufgetragen werden.

**ES GILT DAS MOTTO: VIEL HILFT VIEL!**



1 TL GESICHT + HALS  
1 TL PRO BEIN + FUSS  
1 TL PRO ARM + HAND  
1 TL BRUST + BAUCH  
1 TL RÜCKEN



GESAMTMENGE FÜR DEN KÖRPER EINES ERWACHSENEN: **MINDESTENS 7 TL (CA. 35 ml)**

Die Verwendung von Sonnenschutzprodukten allein reicht jedoch nicht aus. Beachten Sie daher folgende Maßnahmen:



Schützende Kleidung (breitkrempiger Hut, lange Ärmel, dicht gewebte Kleidung) und eine Sonnenbrille tragen.



In der Mittagszeit zwischen 10 und 16 Uhr sich möglichst nicht der Sonne aussetzen.



Bei täglichen Routineaktivitäten im Freien ein Breitspektrum-Sonnenschutz mit hohem UVA- und UVB-Schutzfaktor verwenden – auch an bewölkten, kühlen und windigen Tagen.<sup>[6]</sup>

[6] Krutmann, J., Passeron, T., Gilaberte, Y., Granger, C., Leone, G., Narda, M., Schalka S., Trullas C., Masson P. & Lim, H.W. (2020). Photoprotection of the future: challenges and opportunities. *Journal of the European Academy of Dermatology and Venereology*, 34(3), 447-454.

## WIE ERKENNE ICH VERDÄCHTIGE HAUTVERÄNDERUNGEN?

Melanom (schwarzer Hautkrebs) ist die seltenste Form des Hautkrebses, aber auch zugleich die gefährlichste. Die ABCDE-Kriterien helfen Ihnen, die Anzeichen dafür zu erkennen, um bei verdächtigen Veränderungen rechtzeitig den Hautarzt aufzusuchen.

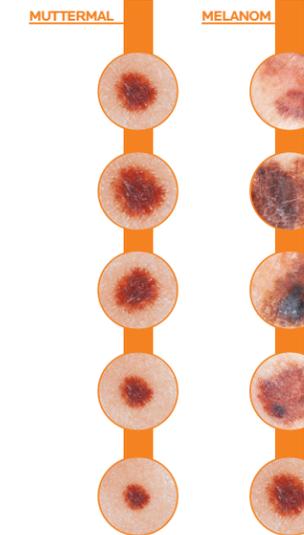
**ASYMMETRIE?**

**BEGRENZUNG UNDEUTLICH?**

**COLORIT**  
Farbschattierungen?

**DURCHMESSER**  
6 mm und mehr?

**ENTWICKLUNG**  
Nimmt die Größe zu?



Auch wenn das Melanom die gefährlichste Art des Hautkrebses ist, gibt es weitere Formen, die viel häufiger vorkommen. Dazu gehören das Basalzellkarzinom, das Plattenepithelkarzinom und Aktinische Keratosen. Diese gelten zwar als weniger gefährlich als ein Melanom, sollten aber trotzdem genau beobachtet werden, da diese ebenfalls erhebliche Schäden der Haut hervorrufen können. Weitere Informationen, wie sich diese Formen auf der Haut äußern, finden Sie unter: [www.gemeinsam-gegen-hautkrebs.de](http://www.gemeinsam-gegen-hautkrebs.de)

**HAUTKREBS KANN JEDEN TREFFEN. IN JEDEM ALTER. IHR HAUTKREBSRISIKO IST ERHÖHT, WENN EINES DIESER KRITERIEN AUF SIE ZUTRIFFT:**

- > HELLE HAUT
- > SONNENBRÄUNDE IN KINDHEIT UND JUGEND
- > SCHNELL EINEN SONNENBRAND BEKOMMEN
- > HÄUFIGE UND LANGE AUFENTHALTE IM FREIEN
- > MEHR ALS 50 MUTTERMAL
- > HAUTKREBSFÄLLE IN DER FAMILIE
- > ÄLTER ALS 50 JAHRE
- > ORGANTRANSPLANTIERT

## WIE KANN ICH MICH SELBST UNTERSUCHEN?

### UNTERSUCHEN SIE IHRE HAUT 1x MONATLICH



GESICHT  
OHREN  
KOPFHAUT



HANDFLÄCHEN  
HANDRÜCKEN  
FINGERNÄGEL  
ELLBOGEN  
ARME  
ACHSELN



HALS  
DEKOLLETÉ  
BRUST  
BAUCH



RÜCKEN  
SCHULTERN  
GESÄSS  
RÜCKSEITE  
DER BEINE  
OBERARME  
HINTER DEN  
OHREN



VORDERSEITE  
DER BEINE  
FUSSSOHLEN  
FUSSNÄGEL  
GENITALBEREICH

Gehen Sie zu Ihrer/m Hautarzt/-ärztin, wenn Sie eine verdächtige Hautveränderung entdecken. Nehmen Sie an der gesetzlichen Hautkrebsfrüherkennung teil. Lassen Sie ab 35 Jahren mindestens alle zwei Jahre einen Ganzkörper-Hautcheck durchführen.

**NICHT ALLE HAUTVERÄNDERUNGEN SIND HARMLOS:**

WIR MÖCHTEN MIT UNSERER INITIATIVE **SAVE YOUR SKIN** AUF DIE WICHTIGKEIT VON REGELMÄSSIGER HAUTKREBSVORSORGE AUFMERKSAM MACHEN.

