

Tag des Sonnenschutzes 2025

Sommerzeit und Sonnenschein – wie umgehen mit der Gefahr durch die UV-Strahlung?

Frühjahr und Sommerzeit: Mensch und Natur freuen sich auf das Licht der Sonne. Doch vorsicht: es belebt nicht nur, sondern ist gefährlich, denn nach Angaben des *Statistischen Bundesamtes* hat sich die Zahl der Hautkrebs-Behandlungen in Krankenhäusern seit 2003 fast verdoppelt.



ACHTUNG: UV-STRAHLUNG!

Geht es der Seele gut, geht es dem Körper gut – und was hebt die Stimmung im Alltag besser als Sonnenschein und blauer Himmel! So sorgt das Sonnenlicht für die Ausschüttung der Glückshormone Dopamin, Serotonin, Endorphine, Oxytocin und Phenethylamin und ist für viele Stoffwechselfvorgänge im Körper unerlässlich und kräftigt unser Immunsystem.

Doch Vorsicht! Das Thema Sonnenschutz ist heute aktueller denn je: Neue wissenschaftliche Erkenntnisse bestätigen, dass ein Übermaß an ultravioletter Strahlung – nicht nur UV-B, sondern auch UV-A – die Haut nachhaltig schädigt. Viele Verbraucher gehen jedoch immer noch zu leichtfertig mit den Gefahren der Sonne um.

Eine oft unterschätzte Gefahr bei sonnigem Wetter und klarem Himmel ist die Belastung des Körpers durch die Ultraviolette Strahlung der Sonne, die UV-Strahlung! – und die UV-Strahlung ist der Hauptgrund für die Entstehung von Sonnenbrand und Hautkrebs!

Der Infotag zum Sonnenschutz ist eine jährlich rund um den 21. Juni wiederkehrende Gemeinschaftsaktion einer Vielzahl von interdisziplinären Akteuren und Organisationen u. a. aus den Bereichen Gesundheitsschutz und -vorsorge, Medizin, Sport, Verbraucherschutz sowie des Fachhandels in Deutschland.

Wie wichtig das ist, verdeutlichen der Beitrag der Hessisch/Niedersächsischen Allgemeinen Zeitung (HNA), die am 3.6.25 titelte: Hautkrebs breitet sich schnell aus: Vorbeugung im Fokus. Die HNA

zitierte das Statistischen Bundesamtes, nach dessen Auswertungen sich die Zahl der Hautkrebs-Behandlungen in Krankenhäusern seit 2003 fast verdoppelt hat. Die Zahlen stiegen von 62.000 auf 116.900 Fälle pro Jahr.

Das entspricht einem Anstieg von etwa 88 Prozent. Vor allem der helle Hautkrebs ist deutlich häufiger geworden, hier gibt es einen Anstieg um 117 Prozent. Beim schwarzen Hautkrebs stiegen die Zahlen um 26,9 Prozent.

FAZIT:

Eine oft unterschätzte Gefahr bei sonnigem Wetter und klarem Himmel ist die Belastung des Körpers durch die Ultraviolette Strahlung der Sonne, die UV-Strahlung!

Die UV-Strahlung ist der Hauptgrund für die Entstehung eines Sonnenbrandes!

Eine gut gemachte Zusammenfassung der wichtigsten Fragen zur Herkunft und Wirkung von UV-Strahlung auf den menschlichen Körper finden Sie auf der Webseite „Klima Mensch Gesundheit“:

Internetadresse – URL	QR-Code zum Scannen mit dem Smartphone
https://www.klima-mensch-gesundheit.de/uv-strahlung-und-uv-schutz/uv-strahlung-einfach-erklaert/	