

Rostock, 17.06.2020

Bundesweiter Tag des Sonnenschutzes am 21. Juni 2020

Sonnenschutz statt Sonnenbrand - Krebsgesellschaft ruft zum achtsamen Umgang mit UV-Strahlung auf **SunPass Projekt sensibilisiert bereits im Kindergarten für gesundes Bewusstsein beim Hautschutz**

Jeder Mensch ist auf Sonnenlicht angewiesen. Das Frühjahr und der Sommer stehen in diesem Jahr ganz im Zeichen der Corona-Pandemie und den damit verbundenen Einschränkungen. Umso mehr wertschätzen es viele Bürger, Zeit im Freien zu verbringen. Mit dem Start der Sommerferien in M-V möchte die Krebsgesellschaft M-V deshalb daran erinnern, sich nicht nur vor dem Corona-Virus, sondern auch vor zu viel Sonnenstrahlung zu schützen.

Am 21. Juni wird in Deutschland jährlich der Sonnenschutztag begangen. Ein wichtiger Tag, denn noch immer steigt die Zahl der Hautkrebserkrankungen kontinuierlich an. Die ultraviolette (UV) Strahlung ist der wichtigste Risikofaktor für die Entstehung der beiden häufigsten Hautkrebsformen, dem „hellen Hautkrebs“ (Basaliom) und dem „schwarzen Hautkrebs“, dem sogenannten malignen Melanom, an dem in Deutschland derzeit mehr als 35.000 Menschen pro Jahr erkranken. Zwar bestehen bei einer rechtzeitigen Erkennung aller Arten von Hautkrebs gute Heilungschancen, doch damit es erst gar nicht dazu kommt, sollte unbedingt auf zu viel Sonneneinstrahlung geachtet werden. Hierfür können verschiedene Maßnahmen ergriffen werden.

SunPass Projekt richtet sich an Eltern und Erzieher

Die Krebsgesellschaft M-V unterstützt wie andere Landeskrebsgesellschaften Kitas in der Umsetzung geeigneter Sonnenschutzmaßnahmen und zeichnet sie bei besonderem Engagement mit dem "SunPass" aus. Dabei werden insbesondere pädagogische Fachkräfte und Eltern angesprochen.

„Die Haut von Kindern ist weitaus empfindlicher als die von Erwachsenen. Sonnenbrände in der frühen Kindheit und eine wiederkehrende hohe UV-Belastung sind bedeutende Risikofaktoren für die Entstehung von späteren Hautkrebserkrankungen“, sagt Prof. Dr. Christian Junghanß, Vorsitzender der Krebsgesellschaft M-V. „Für Babys unter einem Jahr ist direkte Sonneneinstrahlung deshalb tabu. Aber auch Kleinkinder sollten nicht unnötig belastender Sonnenstrahlung ausgesetzt werden. Die einfachsten Schutzmaßnahmen sind am wirksamsten: Sonnenschutz-Kleidung, Schatten und das Eincremen von unbedeckten Körperstellen. Ziehen Sie Ihre Kinder in der Sonne lieber an statt aus“, so Junghanß.

Mecklenburg-Vorpommern zeichnet sich durch seine geografische Lage besonders durch seine vielen Strände aus. „Da das Wasser die Sonnenstrahlen stark reflektiert, müssen wir aufpassen, dass die Kinder keinen Sonnenbrand bekommen. Die Folgen werden wir erst in 20-30 Jahren erleben, denn wenn ein Kind einen Sonnenbrand hatte, hat es ein deutlich erhöhtes Risiko, einen Hautkrebs zu entwickeln“, so Prof. Junghanß weiter.

PRESSEMITTEILUNG

„2019 haben wir die erste Kita für ihr Engagement zum Thema Sonnenschutz mit dem ‚SunPass‘ in Mecklenburg-Vorpommern auszeichnen können. Viele Weitere sollen in 2020 folgen. Aufgrund der Corona-Pandemie ist es uns allerdings derzeit nicht möglich, die Kitas zu besuchen, um das Personal zu schulen. Um das Projekt dennoch umsetzen zu können, haben wir ein Konzept entwickelt, demzufolge wir Online-Schulungen für Erzieher und Eltern anbieten werden“, so Prof. Dr. Ernst Klar, Vorstandsmitglied der Krebsgesellschaft M-V.

Sonnenschutz immer und überall

Inhalte der Schule werden neben der Erklärung für die Entstehung von Hautkrebs, vorrangig vorbeugende Maßnahmen sein. Beispielsweise ist Sonnenschutz das ganze Jahr über notwendig. Die UV-Strahlung wird oft unterschätzt. So bekommen viele Menschen einen Sonnenbrand, weil sie den Sonnenschutz bei kurzen Aufenthalten in der Sonne für unnötig halten. Die Krebsgesellschaft M-V ruft deshalb dazu auf, den eigenen Blick dafür zu sensibilisieren, wie lange man sich täglich ungeschützt der Sonne aussetzt.

Wichtige Hinweise liefert der UV-Index

Ultraviolette Strahlung ist unsichtbar und lässt sich allenfalls erahnen. Über die aktuelle Sonnenintensität informiert der UV-Index. Daher sollte bei der Planung von Aktivitäten im Freien, der tagesaktuelle UV-Index beachtet werden. Dieser ist zum Beispiel über den Deutschen Wetterdienst abrufbar. Ein Wert größer fünf steht für eine hohe Belastung durch UV-Strahlung, ab einem UV-Index von drei werden Sonnenschutzmaßnahmen (Sonnencreme etc.) empfohlen.

Schützende Kleidung hilft

Geeignete Textilien schirmen die Haut vor Sonnenstrahlung ab. Den besten Schutz bietet langärmelige, dichtgewebte und locker sitzende Kleidung. Spezielle UV-Schutzkleidung gibt es inzwischen nicht nur für Kinder, sondern auch für Erwachsene. Der textile Schutz entspricht dem Lichtschutzfaktor 20 bis 80. Empfehlenswert ist eine Kopfbedeckung, am besten mit breiter Krempe. Sie bietet Schatten für Augen, Ohren, Gesicht und Nacken. Mit Hilfe einer Sonnenbrille lassen sich auch die Augen vor der UV-Strahlung schützen.

Eincremen ist unerlässlich

Ideal ist es am besten, bereits am Morgen, spätestens aber 30 Minuten vor dem Sonnenbad, reichlich wasserfeste Sonnencreme auf alle unbedeckten Körperstellen aufzutragen. Bei längeren Aufenthalten im Freien oder nach dem Baden sollte regelmäßig nachgcremt werden. Zu beachten ist dabei: Nachcremen verlängert die Schutzwirkung nicht, sondern erhält sie nur. Die Eigenschutzzeit der Haut liegt in der Regel nur zwischen 10 bis maximal 30 Minuten und ergibt multipliziert mit dem Lichtschutzfaktor der Creme die Zeit, wie lange man sich gefahrlos in der Sonne aufhalten kann.

PRESSEMITTEILUNG

Weitere Informationen:

Die Krebsgesellschaft M-V ist ein gemeinnütziger Verein, der sich für die Förderung der Forschung, Therapie, Verbesserung der Krebsnachsorge, Beratung von Betroffenen und ihren Angehörigen und Förderung der Prävention einsetzt.

Neben dem Projekt SunPass Hautkrebsprävention im Kindesalter plant der Verein Veranstaltungen von Krebsinformationstagen in M-V und möchte die Zusammenarbeit mit den Selbsthilfegruppen weiter stärken. Zukünftig soll die Förderung von Forschungsvorhaben und die Vergabe eines Ehrenpreises für besonderes Engagement ausgezeichnet werden. Langfristiges Ziel ist der Aufbau und die Etablierung von Krebsberatungsstellen in M-V.

Finanziert wird die Arbeit des Vereins durch öffentliche Gelder und Mitgliedsbeiträgen. Um die Arbeit für krebserkrankte Menschen und ihre Angehörigen auch in Zukunft in vollem Umfang leisten zu können, ist der Verein zudem auf Spenden angewiesen.

Kontakt:

Prof. Dr. med. Ernst Klar (Geschäftsführer und Vorstandsmitglied)
Am Vögenteich 26, 18055 Rostock
info@krebsgesellschaft-mv.de
0381 494-6265