

## Presseinformation

DEKRA Arbeitsmedizinerin rät: Sonnenschutz ist unerlässlich

### **Sonne, Sommer, Hautkrebs**

- Zu viel Sonne kann die Haut unwiderruflich schädigen
- Sonnenschutzmittel: mindestens Faktor 30
- Auch Betriebe sind zur Vorsorge verpflichtet

DEKRA e.V.  
Konzernkommunikation  
Handwerkstraße 15  
D-70565 Stuttgart

[www.dekra.de/presse](http://www.dekra.de/presse)

**Die Expertenorganisation DEKRA empfiehlt dringend, vor allem in den Sommermonaten, auf einen wirksamen Sonnenschutz zu achten. Beim Aufenthalt im Freien – ob bei der Arbeit oder im Freibad – ist Vorsorge unerlässlich.**

#### **Eine Frage der Dosierung**

„Beim Sonnenbaden ist alles eine Frage der Dosierung. Der menschliche Körper braucht ein gewisses Maß an Sonnenstrahlung, um gesund zu bleiben“, sagt Dr. Jana Kress, Betriebsärztin bei der Expertenorganisation DEKRA. Der Körper bildet in der Haut 80 bis 90 Prozent des benötigten Vitamin D mithilfe von Sonnenlicht selbst. Um genügend Vitamin D zu bilden, genügt es in der Regel selbst bei bewölktem Himmel, dreimal pro Woche für zehn Minuten Handrücken, Gesicht und Unterarme dem Tageslicht auszusetzen.

#### **Zu viel Sonne – unwiderrufliche Schäden**

Wer Sonne liebt, darf aber nicht vergessen: „Je intensiver die Sonne strahlt, umso höher ist die Belastung der Haut durch UV-Strahlung, die wiederum je nach Hauttyp variiert“, erklärt Dr. Jana Kress. Zu viel Sonne droht sich unwiderruflich in die Haut einzubrennen, was zu dauerhaften Schäden wie Sonnenbrand, Runzeln und Falten, vorzeitige Alterung (Photoaging) bis hin zu Hautkrebs führen kann.

#### **290.000 Menschen jährlich mit Hautkrebs**

Dies müssen auch jene Erwerbstätigen beachten, die überwiegend im Freien arbeiten und deshalb einem erhöhten Hautkrebsrisiko ausgesetzt sind. Nach Zahlen der Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin (BAuA) erkranken jedes Jahr rund 290.000 Menschen an Hautkrebs. Zwei Formen des weißen Hautkrebses sind seit 2015 als Berufskrankheiten anerkannt.

Datum Stuttgart, 11. Juli 2022 / Nr. 077  
Kontakt Tilman Vögele-Ebering  
Telefon direkt +49.711.7861-2122  
Telefax direkt +49.711.7861-742122  
E-Mail [tilman.voegel-ebering@dekra.com](mailto:tilman.voegel-ebering@dekra.com)

### **Schutz vor UV-Strahlung**

Wie aber schützt man sich vor zu starker UV-Strahlung? „Achten Sie auf den aktuellen UV-Index in Ihrer Wetter-App, der die Intensität der Strahlung angibt“, betont DEKRA Medizinerin Dr. Jana Kress. Schon bei einem UV-Index von 3 bis 5 sollte man Sonnenbrille, Kopfbedeckung und schützende Kleidung tragen, nicht mit freiem Oberkörper arbeiten und auf unbedeckte Stellen eine Sonnenschutzcreme (Faktor 30 oder mehr) auftragen. Bei höherer UV-Belastung empfiehlt es sich, die intensive Strahlung in der Mittagszeit zu meiden und im Schatten zu bleiben.

### **Bei Sonnenbrille auf Qualität achten**

Kleidung gilt generell als bester Schutz vor zu viel UV-Strahlung. Aber Vorsicht: Wie stark sie schützt, hängt von der Art des Materials und von anderen Faktoren ab. Nasse Kleidung schützt nur halb so gut wie trockene.

Hohe UV-Strahlung kann auch die Augen schädigen, etwa die Linse und Netzhaut. Daher ist beim Kauf einer Sonnenbrille auf Qualität zu achten. So dürfen unter anderem CE-Kennzeichnung, Filterkategorie und der Warnhinweis „Nicht für direkten Blick in die Sonne“ nicht fehlen.

### **Sonnenschutzcreme: mindestens Faktor 30**

Augen auf heißt es bei Sonnenschutzmitteln. Sie müssen laut Beschreibung eine hohe Schutzwirkung gegenüber UV-A- und UV-B-Strahlung sowie einen Lichtschutzfaktor von mindestens 30 haben, rät DEKRA. Sie sollten sich durch eine hohe Wasserfestigkeit auszeichnen, auf Duftstoffe und Silikon möglichst verzichten und hautverträglich sein. Sonnenschutzmittel sind nicht nur vor dem Sonnen, sondern mehrfach und großzügig aufzutragen, um den Lichtschutz zu erhalten, speziell nach dem Aufenthalt im Wasser. Sonnencremes und Sprays schützen selbst mit hohem Lichtschutzfaktor nicht vollständig vor UV-Strahlen. Auch die empfindlichen Lippen müssen geschützt werden.

### **Betriebe zu Vorsorge verpflichtet**

DEKRA erinnert daran, dass Betriebe eine Gefährdungsbeurteilung auch für Mitarbeitende mit Tätigkeiten im Freien durchführen und entsprechende Arbeitsschutzmaßnahmen umsetzen müssen. Den Beschäftigten ist eine Vorsorge anzubieten, wenn sie im Zeitraum von April bis September zwischen 11 Uhr und 16 Uhr (Sommerzeit) an mindestens 50 Tagen jeweils mindestens eine Stunde im Freien arbeiten. Dies schließt textilen Sonnenschutz, abschattenden Kopf- und Nackenschutz, Sonnenbrille und Sonnenschutzmittel ein.

**Über DEKRA**

*Seit fast 100 Jahren arbeitet DEKRA für die Sicherheit: Aus dem 1925 in Berlin gegründeten Deutschen Kraftfahrzeug-Überwachungs-Verein e.V. ist eine der weltweit führenden Expertenorganisationen geworden. Die DEKRA SE ist eine hundertprozentige Tochtergesellschaft des DEKRA e.V. und steuert das operative Geschäft des Konzerns. Im Jahr 2021 hat DEKRA einen Umsatz von mehr als 3,5 Milliarden Euro erzielt. Fast 48.000 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sind in rund 60 Ländern auf allen fünf Kontinenten im Einsatz. Mit qualifizierten und unabhängigen Expertendienstleistungen arbeiten sie für die Sicherheit im Verkehr, bei der Arbeit und zu Hause. Das Portfolio reicht von Fahrzeugprüfungen und Gutachten über Schadenregulierung, Industrie- und Bauprüfung, Sicherheitsberatung sowie die Prüfung und Zertifizierung von Produkten und Systemen bis zu Schulungsangeboten und Zeitarbeit. Die Vision bis zum 100. Geburtstag im Jahr 2025 lautet: DEKRA wird der globale Partner für eine sichere und nachhaltige Welt. DEKRA gehört schon heute mit dem Platinum-Rating von EcoVadis zu den Top-1-Prozent der nachhaltigen Unternehmen im Ranking.*