

## Hauttypen

Nicht jeder Hauttyp reagiert auf Sonneneinstrahlung gleich. Dermatologen unterscheiden prinzipiell sechs Hauttypen mit unterschiedlicher Eigenschutzzeit, wobei Hauttyp 5 und 6 normalerweise nicht zu Sonnenbrand neigen. Sie werden deshalb hier nicht aufgeführt.

MERKMALE	HAUTTYP 1	HAUTTYP 2	HAUTTYP 3	HAUTTYP 4
HAUT	sehr hellhäutig	hellhäutig	hell-/dunkelbraun	hellbraun, olive
HAAR	rot oder blond	blond, braun	hellbraun, braun	dunkelbraun/schwarz
AUGEN	blau, selten braun	blau, grün, grau	grau, braun	braun/dunkel
SONNENBRAND	immer stark, schmerzhaft	häufiger stark, schmerzhaft	selten, mäßig	fast nie
EIGENSCHUTZ-ZEIT DER HAUT	5 – 10 Minuten	10 – 20 Minuten	20 – 30 Minuten	40 Minuten
SCHUTZ DURCH EIN TEXTIL MIT UPF 20	100 – 200 Minuten	200 – 400 Minuten	400 – 600 Minuten	800 Minuten

Quelle: Hohensteiner Institute, Bönningheim



Foto: Faustmann



Foto: Mayer



Foto: Göttmann



Foto: Mayer



Foto: Ecua-Andino



Foto: Wegener



Foto: McBURN



Foto: Ecua-Andino

Die oben abgebildete Tabelle beschreibt die vier gefährdeten Hauttypen mit Angabe der Eigenschutzzeit sowie der möglichen Schutzverlängerung durch das Tragen einer Kopfbedeckung mit ausgewiesenem UPF 20 gemäß UV Standard 801.

Mehr zum Thema Sonnenschutz und Kopfbedeckungen:  
[www.hut-mode.de](http://www.hut-mode.de)  
[www.hohenstein.de](http://www.hohenstein.de)  
[www.uvstandard801.de](http://www.uvstandard801.de)  
[www.uv-index.de](http://www.uv-index.de)

## Sonnenschutz auch im Winter

In der kalten und oft grauen Jahreszeit macht Sonnenlicht ganz besonders glücklich. Doch gerade im Winter ist unsere Haut nicht an Sonne gewöhnt und reagiert besonders empfindlich. Verstärkt wird die gefährliche Auswirkung der UV-Strahlen, wenn das Sonnenlicht durch Schnee reflektiert wird oder man sich in höheren Berglagen aufhält. Da Kopfbedeckungen im Winter auch den Kopf angenehm warm halten, so dass die Kälte insgesamt weniger empfunden wird, sollten sie im Winter ständiger Begleiter sein.

## Das Beste zum Schluss

Hüte, Kappen und Mützen sind nicht nur als UV- und Kälteschutz ganz ohne Nebenwirkungen unverzichtbar, sondern auch aus modischer Sicht: Sie sind die absoluten Top-Accessoires, die schnell und unkompliziert aus jedem Look ein individuelles Outfit kreieren und es Ihnen erlauben, sich jederzeit so zu präsentieren, wie Sie sich gerade fühlen. Ihr Hutfachgeschäft hält eine große Auswahl für Sie bereit und berät Sie gern. Schauen Sie doch einfach mal vorbei.

Am besten beraten werden Sie im Fachgeschäft!

# Gut behütet in die Sonne

*Für Gesundheit  
& Schönheit!*



Foto: Faustmann



Foto: Göttmann

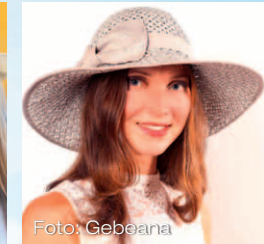


Foto: Gebeana

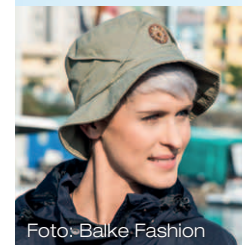


Foto: Balke Fashion



Foto: Mayer

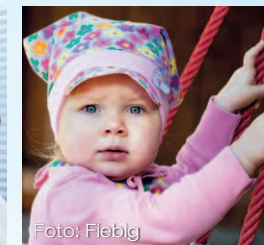


Foto: Flebig

*Hut und Mütze sind cool -  
und bieten den besten Schutz  
vor UV-Strahlung*



hut-mode.de

## Sonne tut gut ...

Ohne Sonne können wir nicht leben. Sie regt unseren Stoffwechsel an, stimuliert unser Immunsystem und kurbelt die Hormonproduktion an. So sorgt sie regelmäßig für den Gute-Laune-Kick, der in der hellen Jahreszeit alle dunklen Gedanken vertreibt.

## ... aber sie ist auch gefährlich

Die im Sonnenlicht enthaltenen ultravioletten Strahlen sind für unsere Haut purer Stress. Leider wird dieses Gefährdungspotenzial immer noch unterschätzt. Viele Hauterkrankungen werden nach wie vor durch den leichtsinnigen Umgang mit der Sonnenstrahlung verursacht.

Die Ozonschicht, die die Erde umgibt, wirkt als Filter für UV-Strahlen. Durch ihre Ausdünnung hat ihre Filterwirkung an Kraft eingebüßt. Die Folge: Die UV-Strahlungsintensität im Frühling ist in den letzten 40 Jahren um ein Drittel gestiegen. Wichtig ist daher die Nutzung von Sonnencreme zum Schutz – auch gegen reflektierende UV-Strahlen von unten, z.B. am Meer.



Foto: Faustmann

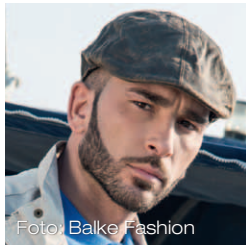


Foto: Balke Fashion



Foto: Maysen



Foto: McBURN



Foto: Fiebig



Foto: Faustmann



Foto: Göttmann



Foto: Gebeana

## Deshalb gilt: Sonnenschutz ist unerlässlich!

Den idealen Schutz der Haut vor direkter Sonnenstrahlung bieten Kopfbedeckungen und Textilien. Insbesondere die empfindlichen Bereiche wie Stirn, Nase, Ohren, Lippen und Nacken werden am besten mit einem breitkrempigen Hut geschützt. Aber: Nicht jedes Material bietet den gleichen UV-Schutz. Eine gute Orientierung bietet die Angabe des textilen UV-Schutzfaktors UPF (Ultraviolet Protection Factor).

## Der textile UV-Schutzfaktor UPF zeigt den UV-Schutz an

Der UPF ist mit dem Lichtschutzfaktor (LSF) vergleichbar, der auf Sonnencremes zu finden ist. Dieser Faktor gibt im Vergleich zur ungeschützten Haut an, wie viel länger Sie sich entsprechend geschützt in der Sonne aufhalten können. Bei einem UPF von 20 können Sie sich 20-mal länger in der Sonne aufhalten als ungeschützt. Die absolute Aufenthaltsdauer hängt von der Eigenschutzzeit Ihrer Haut ab.

## Gütesiegel: UV-Schutzfaktor UPF

Auf vielen Kopfbedeckungen ist die Angabe des UPF zu finden. Für die Ermittlung des UPF gibt es vier Messmethoden mit unterschiedliche Anforderungen an die Materialien. Der australisch-neuseeländische Standard, die Prüfung nach der europäischen Norm EN 13758-1 sowie den amerikanischen Standard AATCC 183 führen die Prüfungen am ungedehnten, trockenen Textil im Neuzustand durch.



Beim deutschen Prüfverfahren UV Standard 801 werden die Materialien zusätzlich zum Neuzustand auch unter realitätsnahen Bedingungen geprüft, d.h. wenn das Material nass, gedehnt und abgenutzt ist. Außerdem wird dabei das australische Sonnenspektrum nachgestellt.

## UV-Schutz durch Kopfbedeckungen

Panama-Strohhut je nach Faser und Flechtart	UPF ca. 20-80
Sonnenhut aus synthetischem Material mit UV-Schutzausrüstung	UPF ca. 40-80
Dichte, farbige Baumwollkopfbedeckung	UPF ca. 20-80
Leichte Baumwollkopfbedeckung	UPF ca. 2-20
Schatten unter einem Baum	UPF ca. 5-15
Schatten unter einem Sonnenschirm (je nach Material und Ausrüstung)	UPF ca. 15-80
Sonnencreme bei richtiger Anwendung	LSF ca. 1-30

## Kinderhaut verdient besonderen Schutz

Kinderhaut ist durch UV-Strahlung besonders gefährdet, da sie noch sehr dünn ist. Erst ab einem Alter von etwa 15 Jahren hat sie die vollen Schutzmechanismen gegen schädliche UV-Strahlung entwickelt, die dem jeweiligen Hauttyp entsprechen.