

08

Präventionsratgeber

INS RECHTE LICHT GERÜCKT

KREBSRISIKOFAKTOR SOLARIUM



Deutsche Krebshilfe
HELFEN. FORSCHEN. INFORMIEREN.

Diese Broschüre wurde gemeinsam erstellt mit der
Arbeitsgemeinschaft Dermatologische Prävention e.V.



Herausgeber

Deutsche Krebshilfe e.V.
Buschstr. 32
53113 Bonn
Telefon 02 28 / 7 29 90-0
E-Mail: deutsche@krebshilfe.de
Internet: www.krebshilfe.de

Arbeitsgemeinschaft Dermatologische Prävention e.V.
Postfach 10 07 45
20005 Hamburg

Medizinisch-fachliche Redaktion

Arbeitsgemeinschaft Dermatologische Prävention e.V.

Stand 8 / 2012

ISSN 0946-6763
Art.-Nr. 408 0082

Wir wünschen Ihnen, dass Sie gesund bleiben. Klar, dass Sie nicht alle gesundheitlichen Risiken vollkommen ausschalten können – aber vieles können Sie durchaus selbst beeinflussen. Damit tun Sie Ihrer eigenen Gesundheit Gutes – und, wenn Sie Kinder oder Enkel haben, legen Sie den Grundstein für eine gesunde nächste Generation.

Dieser und die anderen Präventionsratgeber der Deutschen Krebshilfe erläutern Ihnen die wichtigsten Lebensbereiche, in denen Sie selbst aktiv werden können. Und sie helfen Ihnen, die Theorie in die Praxis umzusetzen. Mit alltagstauglichen Tipps für Groß und Klein.



SOLARIEN – HAUTKREBSRISIKO KÜNSTLICHE UV-STRAHLUNG

Kaum sind die schädlichen Wirkungen der Sonne bekannt geworden, gibt es genügend Geschäfte, die sich das zunutze machen. Man findet sie in jeder Stadt: die Solarien.

Die künstliche UV-Strahlung der Solarien ist jedoch keineswegs eine „gesündere“ Variante der Sonne. 2009 hat die Internationale Krebsforschungsagentur (IARC), die zur Weltgesundheitsorganisation gehört, nicht nur die UV-Strahlung allgemein, sondern insbesondere auch Solarien in die höchste Kategorie krebserzeugender Faktoren eingestuft. Damit werden Geräte zur künstlichen Bräunung als ebenso krebserzeugend bewertet wie Tabak oder Asbest.

Natürliche und insbesondere künstliche UV-Strahlen sind der Hauptrisikofaktor für die Entstehung von Hautkrebs. Studien belegen, dass der Zusammenhang zwischen künstlichem Besonnenen und dem Entstehen von Hautkrebs dramatischer ist als bislang angenommen:

Wer bis zu einem Alter von 35 Jahren regelmäßig Solarien nutzt, verdoppelt sein Risiko, an einem malignen Melanom zu erkranken. Dieser auch „schwarzer“ Hautkrebs genannte Tumor ist besonders gefährlich, da er schnell Tochtergeschwülste (Metastasen) bildet und zum Tod führen kann.

Zusammengefasst kann man sagen, dass es keine UV-Strahlung gibt, die Bräune bewirkt und Hautveränderungen durch Schädigungen des Erbgutes ausschließt.



Bei kaum einer anderen Krebsart ist ein einzelner Risikofaktor so eindeutig für die Krebsentstehung verantwortlich – und gleichzeitig so leicht vermeidbar wie beim Hautkrebs: UV-Strahlen, besonders

künstliche. Trotzdem erkranken bundesweit jährlich 224.000 Menschen neu an einem Tumor der Haut, 26.000 davon am malignen Melanom. Damit stellt der Hautkrebs die häufigste Krebserkrankung in Deutschland dar.

Seit Anfang 2012 ist die Verordnung zum Schutz vor schädlichen Wirkungen künstlicher ultravioletter Strahlung (UVSV) in Kraft. Sie schreibt vor, dass Solariennutzer deutlich sichtbar vor Schäden durch UV-Strahlen an Haut und Augen gewarnt werden müssen. Darüber hinaus sollen die Kunden im Solarium auf ihren Hauttyp abgestimmt beraten werden und unaufgefordert Schutzbrillen erhalten. Der Gesetzgeber hat auch die technischen Anforderungen an die Solariengeräte verschärft. Diese dürfen seit Anfang 2012 eine maximale Bestrahlungsstärke von 0,3 Watt pro Quadratmeter Haut ($0,3 \text{ W/m}^2$) nicht mehr überschreiten, und die Geräte müssen entsprechend gekennzeichnet sein. Diese Bestrahlungsstärke entspricht immer noch der höchsten UV-Dosis, die auf der Erde gemessen werden kann: mittags bei wolkenlosem Himmel am Äquator. Zuvor wurde diese Bestrahlungsstärke in Solarien zum Teil um das Dreifache überschritten. Die neuen Geräte müssen außerdem einen Mindestabstand der Hautflächen zu den Röhren einhalten, in Notsituationen abschaltbar sein und sich selbstständig abschalten, wenn die zulässige Strahlendosis überschritten wird. Bei Verstoß gegen die gesetzlichen Vorgaben drohen den Betreibern hohe Bußgelder.

Wichtig: Achten Sie darauf, dass im Solarium die Geräte deutlich gekennzeichnet sind. Benutzen Sie nur Geräte, die $0,3 \text{ W/m}^2$ nicht überschreiten.

Die WHO, EUROSkin (European Society of Skin Cancer Prevention) und die Deutsche Krebshilfe raten grundsätzlich von Solarienbesuchen ab. Wir empfehlen, Solarien gar nicht erst zu nutzen, denn das Auftreten späterer Hautschäden kann nicht ausgeschlossen werden.

In jedem Fall ist es sinnvoll, vor dem Gebrauch einen Solariencheck durchzuführen. Trifft auch nur ein Punkt der Checkliste nicht zu, benutzen Sie das Solarium auf keinen Fall.

Der Solariumcheck

Das Sonnenstudio

- Ist ein beaufsichtigtes Studio (kein Münzautomat)
 - Weist im Eingangsbereich auf das Verbot für Minderjährige hin
-

Das Personal

- Lässt Minderjährige nicht zu
 - Händigt (ungefragt!) eine Schutzbrille aus
 - Bestimmt den Hauttyp
 - Schließt Personen mit Hauttyp I und II aus
 - Weist auf (mögliche) Nebenwirkungen der UV-Strahlung hin
 - Fragt nach dem Zeitabstand zum letzten Solariumsbesuch
 - Erkundigt sich nach eventuellen Sonnenbränden und Hautkrankheiten
 - Erkundigt sich nach Medikamenteneinnahme
 - Weist darauf hin, dass ein Solarium nur ungeschminkt und ohne die Verwendung von Sonnencreme benutzt werden darf
 - Berechnet die individuelle Anfangs-Bestrahlungszeit
 - Erstellt einen persönlichen Dosierungsplan
 - Händigt weitere Informationen zur Nutzung aus
-

Das Bräunungsgerät

- Hat den Warnhinweis: UV-Strahlung kann akute Schäden an Haut und Augen verursachen, führt zu vorzeitiger Hautalterung und erhöht das Risiko an Hautkrebs zu erkranken
 - Weist darauf hin: Hauttyp I und II sind ein Ausschlusskriterium für die Nutzung, Medikamente und Kosmetika erhöhen die Hautempfindlichkeit
 - Ist nach EU-Regelung gekennzeichnet: „Bestrahlungswert von maximal $0,3 \text{ W/m}^2$ wird nicht überschritten“
 - Gibt die maximale Bestrahlungsdauer bei Erstbestrahlung ungebräunter Haut für Hauttyp I bis VI an
 - Schaltet bei Überschreiten der maximalen Bestrahlungsdauer automatisch ab,
 - Hat einen Notabschaltknopf
-

Achtung: Das Zertifikat „Geprüftes Sonnenstudio, zertifiziert nach den Kriterien des Bundesamts für Strahlenschutz (BfS)“ ist nicht mehr gültig! Alle Solarien müssen jetzt die gesetzlichen Regelungen und Qualitätsanforderungen der UV-Schutzverordnung einhalten.