

join  **s**
FOR **health**

Thema Gesundheitsverhalten: Sonnenschutzkompetenz der Bevölkerung
„Forschungskooperation konkret: Bevölkerungsstudien für den ÖGD
nutzbar machen



The project has received funding from the European Union's Horizon 2020 research and innovation programme under grant agreement No 101006518.



Überblick über das Thema

- Definition Sonnenschutzkompetenz
- Informationsmaterialien/- plattformen
- Sonnenschutz-Maßnahmen
- Sorgen/Mythen zum Sonnenschutz

ein allgemeiner Überblick...

- Es handelt sich hier um Ergebnisse eines Desktop Reviews
- Desktop Review = erste Sondierung
- Der Fokus lag auf Materialien die von öffentlichen Institutionen oder Stiftungen evidenzbasiert zusammengestellt wurden.

Institutionen:

- Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung ([DGUV](#))
- Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung ([BZgA](#))
- Stiftung Deutsche Krebshilfe ([DKH](#))
- Bundesamt für Strahlenschutz ([BfS](#))
- Nationales Centrum für Tumorerkrankungen ([NCT/UCC](#))
- Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften e. V. ([AWMF](#))



Wichtig: Für eine umfassende Recherche ist die Formulierung von sehr spezifischen Fragestellungen (z.B. nach dem PICO-Schema) notwendig, die einen systematischen Review ermöglichen. 3



Definition Sonnenschutzkompetenz



- Temperaturen steigen durch den Klimawandel an -> höhere UV-Strahlung
- Fachkundiger Umgang mit der Sonne ist daher sinnvoll
- Risikogruppen: Kinder, Menschen mit empfindlicher Haut, Menschen die sich viel im Freien aufhalten etc.

Unterteilung in:

- Fachkompetenz (Gefahren erkennen, Regeln zum Schutz vor Sonne)
- Methodenkompetenz (Informationsbeschaffung)
- Sozialkompetenz (Kommunikation ausbauen)





Informationsmaterialien/-plattformen für die Bevölkerung



- [UV-Strahlung - wichtige Fragen & Antworten | BZgA - Klima - Mensch – Gesundheit](#)
- Infofilm ARD: [Faszination Wissen: Unsere Haut - Wie wir sie ein Leben lang schützen können | ARD Mediathek](#)
- Uv-Index: [Wetter und Klima - Deutscher Wetterdienst - UV-Strahlung - Informationen - Was ist der UV-Index \(dwd.de\)](#)
- Für verschiedene Bevölkerungsgruppen: [S3-Leitlinie Prävention von Hautkrebs \(awmf.org\)](#)
- Für Eltern: [flyer_kinder-und-sonne.pdf \(gesundheitsinformation.de\)](#)
- Für Kinder: [Sonnenschutz für Kinder – Infos & Tipps | Blog Deutsche Krebshilfe](#)



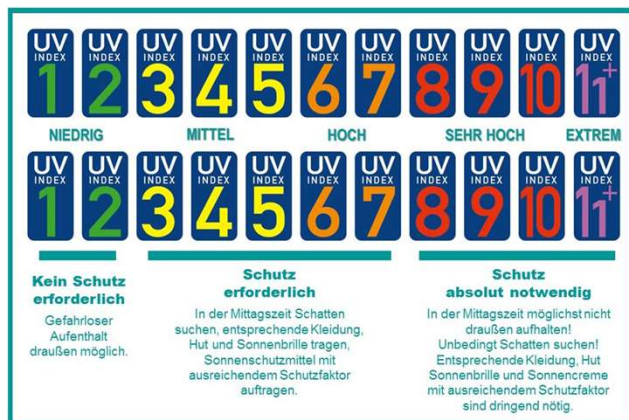


Informationsmaterialien/-plattformen für die Bevölkerung – Ein Beispiel



Der UV-Index

- Eingeführt von der WHO, WMO, UNEP und ICNIRP
- Maß für die Intensität der sonnenbrandwirksamen ultravioletten (UV)- Strahlung
- Für die Beurteilung der gesundheitlichen Risiken beim Aufenthalt in der Sonne
- In fünf Wertebereiche eingeteilt



UV-Index	Gefährdung (UV-Gefahrenindex)	Schutzmaßnahmen
0-2	keine bis gering	nicht erforderlich
3-5	mittel	erforderlich
6-7	hoch	erforderlich
8-10	sehr hoch	unbedingt erforderlich
ab 11	extrem	sind ein Muss

Quelle: Bundesamt für Strahlenschutz, 2022

Quelle: Deutscher Wetterdienst





Informationsmaterialien/-plattformen für Fachkräfte



- „Sonne aber sicher“ (BfS): [Sonnenschutz für Kinder im Kindergarten Handreichung für Erzieher/innen \(bfs.de\)](https://www.bfs.de/sonne-aber-sicher)
- „Clever in Sonne und Schatten“ (NCT): [für Kindertagesstätten | Clever in Sonne und Schatten](https://www.nct.de/clever-in-sonne-und-schatten)
- Lehrsammlung (DGUV): [Lernen und Gesundheit: Sommer, Sonne, Sonnenschutz \(dguv-lug.de\)](https://www.dguv.de/lehksammlungen/sonne-sonnenschutz)
- Hörspielkampagne (DGUV): [Sonnenschein, aber sicher! - KinderKinder \(dguv.de\)](https://www.dguv.de/horspiel)
- Infos für Kinder (BZgA): [Ohne Wenn und Aber: Sonnenschutz für Kinder \(kindergesundheit-info.de\)](https://www.kindergesundheit-info.de/ohne-wenn-und-aber)



Informationsmaterialien/-plattformen für Fachkräfte – Ein Beispiel:



„Sonnenschutz für Kinder im Kindergarten – Sonne aber sicher“

Die Kinder lernen unter anderem:

- Welche Wirkung die Sonne hat
- Die UV- Strahlung Haut und Augen schadet
- Wie man sich vor Sonnenbränden schützen kann

Interventionen/Regeln in der Kita sind bspw.:

- Regelmäßiges eincremen
- Augen schützen
- Keine starke Bestrahlung

Konkrete Umsetzung durch:

- Sonnenschutz-Poster
- Elternbroschüre
- Arbeitsblätter





Sonnenschutz-Maßnahmen



- Orientierung am UV- Index: [Wetter und Klima - Deutscher Wetterdienst - Leistungen - UV-Gefahrenindex \(dwd.de\)](#)
- Poster (BZgA): [Sonnenschutz für Kinder - BZgA Shop](#)
- Schutz für Beschäftigte (BZgA): [UV-Schutz - Die wichtigsten Tipps für Betriebe | BZgA - Klima - Mensch - Gesundheit](#)
- Linksammlung (DGUV): [DGUV - Prävention - Themen A bis Z - Sonnenschutz - Weitere Informationen der Träger](#)
- [Wie kann man sich vor zu viel Sonne schützen? \(gesundheitsinformation.de\)](#)
- ([Sonnenschutz | DKG \(krebsgesellschaft.de\)](#))
- Tipps (BfS): [BfS - Tipps zum UV-Schutz - Tipps zum UV-Schutz](#)



Sonnenschutz-Maßnahmen – Ein Beispiel



Sonnenschutz für Kinder Plakat der BZgA:

- Die wichtigsten Maßnahmen im Überblick um Kinder vor der Sonne zu schützen

Beispiele:

- Schattenplätze wie Bäume, Sonnenschirme oder Sonnensegel
- Kopfbedeckung für Gesicht, Nacken, Ohren und Augen
- Sonnenschützende Kleidung wie langärmelige T-Shirts, lange Hosen
- Schuhe, die den Fuß bedecken
- Die ungeschützten Körperstellen regelmäßig eincremen
- Mittagssonne vermeiden (11:00 bis 15:00)



Sorgen/Mythen zum Sonnenschutz – Ein Beispiel:



Beispiele für Mythen:

- Sonnenbrand ist nicht gefährlich
- Im Schatten kann es zu keinem Sonnenbrand kommen
- Bei schlechtem Wetter wird keine Sonnencreme benötigt
- Die Haut gewöhnt sich an die Sonne
- Mit wasserfester Sonncreme ist ein erneutes eincremen nicht nötig
- Die UV- Filter in Sonnencremes erhöhen das Risiko für Krebs

-> Die Mythen können wissenschaftlich widerlegt werden



Thank you !