

Tipps fürs Besonnen im Solarium



Welcher Hauttyp bin ich?

	1	2	3	4	5	6
Bezeichnung	Keltischer Typ	Hellhäutiger Europäer	Dunkelhäutiger Europäer	Mediterraner Typ	Mittelöstlicher Typ, Indianer	Afro-Amerikaner, Farbiger
Natürliche Hautfarbe	sehr hell	hell	hell bis hellbraun	hellbraun, oliv	dunkelbraun	dunkelbraun bis schwarz
Empfindlichkeit	sehr empfindlich	empfindlich	normal empfindlich	unempfindlich	unempfindlich	unempfindlich
Sommersprossen	sehr häufig	häufig	selten	keine	keine	keine
Natürliche Haarfarbe	rötlich, hellblond	blond bis braun	dunkelblond bis braun	dunkelbraun	dunkelbraun bis schwarz	schwarz
Augenfarbe	blau, grau	blau, grün, grau, braun	grau, braun	braun bis dunkelbraun	dunkelbraun	dunkelbraun
Verbreitung	ca. 2 % aller Mitteleuropäer	ca. 12 % aller Mitteleuropäer	ca. 78 % aller Mitteleuropäer	ca. 8 % aller Mitteleuropäer	vorwiegend Menschen aus Arabien	vorwiegend Menschen aus Afrika
Reaktion der Haut auf Sonne						
Sonnenbrandneigung	immer und schmerzhaft	fast immer, schmerzhaft	selten bis mäßig	selten	sehr selten	extrem selten
Bräunung	keine	kaum bis mäßig	fortschreitend	schnell und tief	keine, genetisch vorhanden	keine, genetisch vorhanden
Beschreibung des Bräunungsverhaltens	Auch nach mehrmaligem Sonnenbaden bräunt die Haut kaum oder gar nicht. Längeres Sonnenbaden verursacht immer schweren, schmerzhaften Sonnenbrand mit Bläschenbildung und Schälern der Haut.	Auch nach mehrmaligem Sonnenbaden bräunt die Haut nur schwach. Längeres Sonnenbaden verursacht meist Sonnenbrand mit Schälern der Haut.	Nach mehrmaligem Sonnenbaden bräunt die Haut deutlich sichtbar und fortschreitend. Längeres Sonnenbaden verursacht leichten Sonnenbrand. Die Haut schält sich dabei nur manchmal.	Nach mehrmaligem Sonnenbaden bräunt die Haut schnell und tief. Längeres Sonnenbaden verursacht selten oder nie Sonnenbrand. Die Haut schält sich dabei so gut wie nie.	Die Haut ist auch ohne Sonnenbäder tiefbraun. Längeres Sonnenbaden verursacht selten oder nie Sonnenbrand. Die Haut schält sich dabei so gut wie nie.	Die Haut ist auch in ungebräuntem Zustand dunkelbraun bis schwarz. Längeres Sonnenbaden verursacht keinen Sonnenbrand.
Eigenschutzzeit der Haut	Max. 10 Min.	10 - 20 Min.	20 - 30 Min.	30 - 40 Min.	Mind. 60 Min.	Mind. 90 Min.

Vor dem Besonnen Hauttyp bestimmen:

- Mit Hilfe der Tabelle persönlichen Hauttyp bestimmen**
Das wichtigste Erkennungsmerkmal ist die natürliche Farbe Ihrer Haut bei Tageslicht. Auch das beobachtete Bräunungsverhalten und Ihre Sonnenbrandneigung sind relativ zuverlässige Indikatoren.
- Am Solarium typgerechte Besonnungszeit einstellen**
Halten Sie sich genau an die für Ihren Hauttyp empfohlene Zeit. So vermeiden Sie einen Sonnenbrand und bekommen Schritt für Schritt eine lang anhaltende und schöne Bräune. Bei Unsicherheiten wenden Sie sich bitte an das Personal.

Was sonst noch zu beachten ist:

- Vor dem Besonnen Make-up und Kosmetika entfernen.
- Bei Einnahme von Medikamenten prüfen, ob diese die Lichtempfindlichkeit erhöhen (z.B. Johanniskraut, Antibiotika). Bei Unsicherheiten fragen Sie Ihren Arzt.
- Unter der Sonnenliege keine Sonnenschutzmittel benutzen.
- Während des Besonnens immer einen Augenschutz (z.B. Goggles, UV-Brille etc.) tragen.
- Solarien maßvoll und typgerecht maximal 1 x pro Woche benutzen.

Cosmedico®

FIRST CHOICE IN TANNING