

Tipps fürs Besonnen im Solarium



Welcher Hauttyp bin ich?

Bezeichnung
Natürliche Hautfarbe
Empfindlichkeit
Sommersprossen
Natürliche Haarfarbe
Augenfarbe
Verbreitung

1

Keltischer Typ

sehr hell

sehr empfindlich

sehr häufig

rötlich, hellblond

blau, grau

ca. 2 % aller
Mitteleuropäer

2

Hellhäutiger Europäer

hell

empfindlich

häufig

blond bis braun

blau, grün, grau, braun

ca. 12 % aller
Mitteleuropäer

3

Dunkelhäutiger Europäer

hell bis hellbraun

normal empfindlich

selten

dunkelblond bis braun

grau, braun

ca. 78 % aller
Mitteleuropäer

4

Mediterraner Typ

hellbraun, oliv

unempfindlich

keine

dunkelbraun

braun bis dunkelbraun

ca. 8 % aller
Mitteleuropäer

5

Mittelöstlicher Typ, Indianer

dunkelbraun

unempfindlich

keine

dunkelbraun bis schwarz

dunkelbraun

vorwiegend Menschen
aus Arabien

6

Afro-Amerikaner, Farbiger

dunkelbraun bis schwarz

unempfindlich

keine

schwarz

dunkelbraun

vorwiegend Menschen
aus Afrika

Reaktion der Haut auf Sonne

Sonnenbrandneigung
Bräunung
Beschreibung des
Bräunungsverhaltens

immer und schmerzhaft

keine

Auch nach mehrmaligem Sonnenbaden bräunt die Haut kaum oder gar nicht. Längeres Sonnenbaden verursacht immer schweren, schmerzhaften Sonnenbrand mit Bläschenbildung und Schälern der Haut.

fast immer, schmerzhaft

kaum bis mäßig

Auch nach mehrmaligem Sonnenbaden bräunt die Haut nur schwach. Längeres Sonnenbaden verursacht meist Sonnenbrand mit Schälern der Haut.

selten bis mäßig

fortschreitend

Nach mehrmaligem Sonnenbaden bräunt die Haut deutlich sichtbar und fortschreitend. Längeres Sonnenbaden verursacht leichten Sonnenbrand. Die Haut schält sich dabei nur manchmal.

selten

schnell und tief

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.

sehr selten

keine, genetisch vorhanden

Die Haut ist auch ohne Sonnenbäder tiefbraun. Längeres Sonnenbaden verursacht selten oder nie Sonnenbrand. Die Haut schält sich dabei so gut wie nie.

extrem selten

keine, genetisch vorhanden

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