



Sonnencreme: Hightech aus der Tube

Wer die Sonne gesund genießen möchte, kommt an ihr nicht vorbei: der Sonnencreme. Hier wird gezeigt, wie Sonnencremes funktionieren, wofür der Lichtschutzfaktor steht und wie lange Sonnencreme haltbar ist...



Quelle Film: <http://youtu.be/L22UUa0BhXE>

Fragen zum Hörverstehen

Antworte, falls nicht anders verlangt, in ganzen und treffenden Sätzen.

1. Das rote beim Sonnenbrand sind abgestorbene Zellen.
 richtig
 falsch
2. Unter der roten Haut kann zwar Bräune entstehen, aber diese Zellen sind bereits geschädigt.
 richtig
 falsch
3. Welche Säure kann für die chemische Reaktion der Sonnencreme verwendet werden?
 Mustkatnusssäure
 Salzsäure
 Zimtsäure
 Zuckersäure
4. In vielen Produkten sind entweder mineralische oder chemische UV-Filter drin.
 richtig
 falsch
5. Was kann langfristig passieren, wenn man immer wieder einen Sonnenbrand hat?
Langzeitschädigungen und Entstehung von Hautkrebs
6. Wie viele Menschen erkranken in Deutschland jährlich an Hautkrebs?
250'000 Personen
7. Welche zwei unterschiedlichen UV-Filter enthält eine normale Sonnencreme und wofür sorgen sie?
Die organischen, chemischen Filtersubstanzen absorbieren das Sonnenlicht und wandeln es in Wärmeenergie um. Die mineralischen, anorganischen Stoffe reflektieren das UV-Licht.

8. Woraus bestehen mineralische Filter oft und wie funktionieren sie?
Aus aus Titan gewonnenen Nanopartikeln. Diese reflektieren die Sonnenstrahlen wie winzige Spiegel.
9. Bezüglich Inhalt: Je höher der Lichtschutzfaktor einer Sonnencreme, desto...
...mehr mineralische Stoffe sind drin.
10. Warum kann man nicht unbegrenzt viel nehmen?
Die Haut wird sehr weiss und das Eincremen wird mühsam.
11. Wie viele Minuten vor dem Sonnenbaden sollte man die Sonnencreme auftragen?
30 Minuten vorher
12. Wie lässt sich die Schutzdauer errechnen?
Eigenschutzzeit (je nach Hauttyp zwischen 10 und 90 Minuten) x Lichtschutzfaktor
13. Kann man beispielsweise mit Hauttyp 2 ganze 6.5 Stunden am Strand verbringen?
Jein. Theoretisch schon, aber wenn man schwitzt, im Salzwasser badet oder sich auf dem Handtuch wälzt, wird die Creme abgetragen.
14. Woran erkennt man, wie lange ein Kosmetikprodukt haltbar ist?
Am sogenannten Tiegelsymbol. 12 M bedeutet 12 Monate.
15. Muss man diese Anzahl Monate zwingend einhalten?
Man kann das Produkt solange verwenden, bis es wirklich leer ist. Die UV-Filter in dem Produkt sind nicht das Problem. Häufige Verwendung führt zum Einschleppen von Bakterien und Pilzen, was die Qualität des Produktes beeinflussen kann.
16. Welches sind die drei wichtigsten Regeln für gesundes Sonnenbaden?
- **Intensive Mittagssonne meiden**
 - **Creme 30 Minuten vor dem Sonnenbaden auftragen**
 - **Mind. 3 Esslöffel Creme für den gesamten Körper verwenden**