



vive



Das Magazin exklusiv aus Ihrer vivesco Apotheke

MEDIZIN
PROBLEME MIT DEN GELENKEN?

Wie man Rheuma am besten behandelt

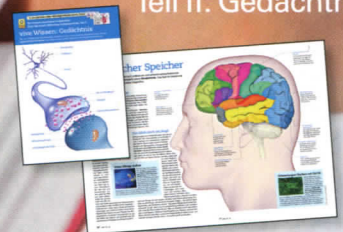
VIVE SPEZIAL
So baut man Kräuter an und setzt sie heilsam ein

Exklusiv für Sie!
Ein fröhlich-bunter Wasserball für Ihren Strandurlaub!
Mehr Informationen dazu lesen Sie auf Seite 7

sonnenbadgesund

Wie man Haut und Haare im Sommer schützend pflegt und Sonnenallergie, Hitzepickel & Co. lindern kann

vive WISSEN
MÄCHTIGE SCHALTZENTRALE
Teil II: Gedächtnis



Für Sie nachgefragt

Wie gehe ich mit einer Sonnenallergie um?

Der Volksmund spricht gerne von der Sonnenallergie, aber dahinter können verschiedene Unverträglichkeitsreaktionen auf Lichteinwirkung stecken: Meist handelt es sich um juckende Quaddeln, die nach einer UV-Exposition auftreten. Etwa 20 Prozent der Bevölkerung haben hingegen eine UV-Unverträglichkeit, die wir Dermatologen als Polymorphe Lichtdermatose bezeichnen. Betroffen sind meist hellhäutige Menschen mit einer eher empfindlichen Haut. **Die Ausschläge befallen seltener das Gesicht, eher Dekolleté, Arme und Beine.** Wer weiß, dass er dazu neigt, sollte sich sehr langsam an die Sonne gewöhnen: Erst wenige Minuten lang sonnen, die UV-Exposition ganz langsam steigern. Verwenden Sie immer einen hohen UVA- und UVB-Schutz, gerne auch mit Antioxidantien, die sich positiv auf die durch UV-Strahlen in der Haut entstehenden freien Radikale auswirken. Die passenden Produkte finden Sie am besten in Ihrer Apotheke.

Ist es zu spät, sind die Quaddeln schon da, müssen Sie die Sonne sofort meiden, und zwar so lange, bis die Hauterscheinungen abgeklungen sind. Als Erste Hilfe können juckreizstillende Cremes oder Gele helfen, weiter Antihistaminika. Klingen die Hautveränderungen dennoch nicht ab, sollten Sie einen Hautarzt aufsuchen. In schweren Fällen ist dann – nachdem die akute Erkrankung abgeklungen ist – eine medizinisch geführte, individuell eingestellte UV-Gewöhnung in der Lichtkabine angeraten.



Dr. Sabine Zenker

Fachärztin für Hautkrankheiten und
Ästhetische Dermatologie in München,
www.dr-zenker.de