

Sportliche Bräune oder vornehme Blässe? Sind Sonnenbänke sicher?



Diese Frage ist nicht neu. Bereits 2006 hat der Wissenschaftliche Ausschuss „Konsumgüter“ ein Gutachten zu den biologischen Wirkungen der von Sonnenbänken ausgehenden UV-Strahlung abgegeben. Darin hieß es, dass die Verwendung von UV-Bräunungsgeräten mit ziemlicher Sicherheit das

Risiko erhöht, an malignen Hautmelanomen und möglicherweise auch an Augenmelanomen zu erkranken. Der Ausschuss riet jungen Menschen unter 18 Jahren davon ab, ins Solarium zu gehen.

Im Jahr 2009 wurde die Benutzung von Bräunungsgeräten mit UV-Strahlung vom Internationalen Krebsforschungszentrum (IARC) als krebserregend für den Menschen eingestuft.

Da inzwischen aktuellere Daten vorliegen, hat die Europäische Kommission den Wissenschaftlichen Ausschuss für Gesundheit, Umwelt- und neu auftretende Risiken (SCHEER) damit beauftragt das alte Gutachten zu dieser Frage zu überarbeiten.

→ HABEN SICH SONNENBÄNKE NICHT ALS SICHER ERWIESEN?

Der Wissenstand über die Verbindungen zwischen Hautkrebs und Strahlung haben mit der Zeit zugenommen. Sonnenbänke existieren seit den siebziger Jahren, daher mag der Anschein der Unbedenklichkeit bestehen. Allerdings können die Konsequenzen der Nutzung erst nach Jahren auftreten und die betroffenen Personen mögen die Folgen erst viel später feststellen.

→ WAS BEDEUTEN DIE NEUEN DATEN?

Es gibt inzwischen genügend Langzeitdaten, die belegen, dass ein beträchtlicher Anteil der Melanome und der anderen Hautkrebsarten auf Sonnenbankbesuche zurückzuführen sind, wie auch ein großer Teil der Melanome bei den unter 30-Jährigen. Beinahe 3500 der 63 942 Melanomkrankungen, die in Europa jährlich neu diagnostiziert werden, können auf die Benutzung von Sonnenbänken zurückgeführt werden. In 68 % dieser Fälle sind Frauen betroffen.

→ GEHT HAUTKREBS OFT AUF DIE NUTZUNG VON SONNENBÄNKEN ZURÜCK?

Die Zunahme des Risikos in der Bevölkerung insgesamt, infolge der Nutzung von

Sonnenbänken an einem Melanom zu erkranken, ist mit über 15 % beträchtlich. Am stärksten betroffen sind die Menschen, die sich bereits vor ihrem 35. Lebensjahr auf die Sonnenbank gelegt haben (bei ihnen ist das Risiko um 75 % höher). Das Risiko steigt proportional mit der Anzahl und Frequenz der Sitzungen.

→ SIND ALLE MENSCHEN BETROFFEN ODER NUR SEHR HELLHÄUTIGE UND EMPFINDLICHE PERSONEN?

In Europa können jedes Jahr rund 500 Frauen und 300 Männer an Melanomen sterben, die in der Folge von Solariumbesuchen aufgetreten sind.

Der Gang ins Solarium ist eigentlich niemandem zu empfehlen, aber Menschen mit heller Haut oder Sommersprossen, unregelmäßigen oder vielen Muttermalen oder in deren Familie bereits Hautkrebs aufgetreten ist, sollten UV-Bräunungsgeräte unbedingt meiden.

→ HILFT KÜNSTLICHES BRÄUNEN DEM KÖRPER, VITAMIN D ZU PRODUZIEREN?

Ja, aber niemand braucht eine Sonnenbank, um seinen Vitamin-D-Speicher aufzufüllen, auch nicht im Winter. Um den Körper mit genügend Vitamin D zu versorgen, sollte es ausreichen, Gesicht und Hände täglich rund 15 Minuten lang im Freien dem Tageslicht auszusetzen, auch wenn es bewölkt ist, und sich ausgewogen zu ernähren. Bei Unterversorgung können Nahrungsergänzungsmittel helfen.

→ IST ES NICHT BESSER, IM SONNENSTUDIO VORZUBRÄUNEN, ALS EINEN SONNENBRAND ZU RISKIEREN?

Ein Sonnenbrand ist unbedingt zu vermeiden, weil dadurch das Hautkrebsrisiko steigt. Es ist wissenschaftlich nicht erwiesen, dass es sicher ist, nach und nach Bräune aufzubauen. Das Risiko einer Überdosis an UV-Strahlung besteht im Sonnenstudio genauso wie im Freien.

Die UV-Strahlen von Sonnenbänken können genau wie die UV-Strahlen des Sonnenlichts Hautkrebs auslösen, und beide beschleunigen die Hautalterung. Sich im Freien aufzuhalten, tut gut, aber wenn die Sonne am höchsten steht, ist sie unbedingt zu meiden. Ist das nicht möglich, sind geeignete Kleidung, Sonnenschutz und Sonnenbrille geboten. Selbst bei gelegentlichen Solariumbesuchen steigt bereits das Hautkrebsrisiko, vor al-

lem wenn die Exposition vor dem 30. Lebensjahr begonnen hat.

→ WIE LAUTET DAS FAZIT DES GUTACHTENS?

UV-Strahlung, einschließlich jener, die von Sonnenbänken ausgeht, wird als krebserregend eingestuft, da sie Krebs auslösen und fördern kann.

Der Wissenschaftliche Ausschuss für Gesundheit, Umwelt- und neu auftretende Risiken (SCHEER) ist zu der Schlussfolgerung gelangt, dass

- verlässlich nachgewiesen ist, dass die Benutzung von Sonnenbänken die Entstehung verschiedener Hautkrebsarten auslöst (Hautmelanome, Spinaliome oder Basaliome) und auch Augenmelanome verursachen kann, und dass

- es keinen Grenzwert gibt, bis zu dem die UV-Strahlung von Sonnenbänken als sicher betrachtet werden kann.

Wer trotz der bekannten Risiken aus kosmetischen Gründen ins Sonnenstudio geht, sollte die Angebote mit aller gebotenen Vorsicht nutzen. Wer jedoch keinerlei Gesundheitsrisiko eingehen möchte, sollte sich erst gar nicht auf die Sonnenbank legen, schon gar nicht vor dem 30. Lebensjahr, wenn in der Familie bereits Hautkrebs aufgetreten ist und/oder wenn er/sie eine helle Haut oder Sommersprossen hat.

Das vorliegende Informationsblatt stützt sich auf die Stellungnahme 'Biological effects of ultraviolet radiation relevant to health with particular reference to sunbeds for cosmetic purposes' des unabhängigen Wissenschaftlichen Ausschusses für Gesundheit, Umwelt- und neu auftretende Risiken (SCHEER)

November 2016

Diese Stellungnahme kann unter folgendem Link abgerufen werden: http://ec.europa.eu/health/scientific_committees/scheer/opinions/index_en.htm