

Tipps und Tricks aus Ihrer Apotheke



Ab in die Sonne - aber richtig!

von *Christa Schuchmann*

Wenn die Sonne scheint und die Tage wärmer sind, atmen wir auf. Denn Sonne wirkt sich positiv auf Haut, Stoffwechsel und Stimmung aus. Sonne ist nicht gleich Sonne – abhängig von geografischer Lage und Höhenlage ist die Stärke der Sonneneinstrahlung überall anders. Und auch jeder Mensch reagiert anders auf die Sonne. Je nach Hauttyp variiert die Sonnenempfindlichkeit. Niemand sollte seine Haut ungeschützt und zu lange der Sonne aussetzen. Präparate für die empfindliche Haut von Kindern und Erwachsenen sollten keine Duft-, Farb- und Konservierungsstoffe enthalten. Wichtig ist darüber hinaus ein ausreichend hoher Lichtschutzfaktor. Ihre Gesund-ist-bunt-Apotheke hält Produkte für Sie bereit, die auf Basis von mineralischem UV-Schutz speziell entwickelt wurden. Mineralische Filter sind wasserfest und bieten einen sehr schnellen Schutz, da die UV-Strahlen von der Haut reflektiert werden. Am Abend eines Sonnentages empfiehlt es sich, eine After-Sun-Emulsion anzuwenden, die die Haut mit Dexpanthenol und Vitamin E beruhigt. Sprays mit diesen Wirkstoffen können die Haut noch zusätzlich angenehm kühlen. Achtung! Einige Medikamente erhöhen die Sonnenempfindlichkeit. Dazu können z.B.

Medikamente zur Behandlung der Zuckerkrankheit oder eines hohen Blutdrucks gehören.

Damit Sie ganz entspannt die Sonne genießen können, lassen Sie sich individuell zu Ihren Medikamenten, Hauttyp und geeigneten Sonnenprodukten in Ihrer Gesund-ist-bunt-Apotheke beraten.



Gesund ist bunt in Ihrer Nähe:

Eulen-Apotheke

Karlstraße 28

64579 Gernsheim

Tel.: 0 62 58 / 5 12 69

www.eulen-apotheke.de



Wie sonnenfit ist Ihre Haut?

Sonnenschutzberatungswoche vom 10. bis 14. Juli: Lassen Sie den individuellen Lichtschutzfaktor Ihrer Haut mit einem Profigerät (Melanintest) bestimmen! Wählen Sie die für Sie passende Sonnenpflege. Aktionspreis: 5 Euro. Teilnehmer/innen der Aktion erhalten während der Aktionswoche 10% Rabatt auf Sonnenpflegeprodukte!