

Sonnenschutz für Kinder



Schattige Plätze



Für Babys sind grundsätzlich Schattenplätze unverzichtbar – Bäume, Sonnenschirme, Sonnensegel. Und auch danach gilt: **Pralle Sonne möglichst vermeiden.**

Kopfbedeckung



Kappe oder Tuch mit Schirm und Nackenschutz (Gesicht, Nacken und Ohren sind besonders empfindlich).

Kleidung



Sonnengerechte Kleidung bedeckt möglichst viel vom Körper, ist luftig und engt nicht ein: langärmelige Hemden oder T-Shirts, weit geschnittene, möglichst lange Hosen.

Schuhe



Schuhe, die den Fuß – auch Ferse und Fußrücken – weitgehend bedecken, (z. B. sog. Espadrillos).

Eincremen



Alle ungeschützten Körperstellen mit speziell für Kinder geeignetem Sonnenschutzmittel einreiben.

- Gegen UV-A- und UV-B-Strahlen
- Bei längerem Verweilen in der Sonne wiederholt auftragen.
- Mit hohem Lichtschutzfaktor (LSF).
- Am Wasser wasserfeste Mittel verwenden und nach jedem Baden erneut auftragen.