



Test

Wie sonnenschlau sind Sie?

Beantworten Sie doch mal kurz diese fünf Fragen. Danach wissen Sie, ob Sie mit der Sonne auf einer Wellenlänge liegen

1 Wie viel Creme brauchen Sie, um am ganzen Körper den auf der Flasche genannten LSF aufzubauen?

- A** 10 g
- B** 20 g
- C** 30 g

2 Ihre Eigenschutzzeit beträgt 15 Minuten. Wie lange schützt Sie eine Sonnencreme mit LSF 10?

- A** 2 Stunden
- B** 2 1/2 Stunden
- C** 3 Stunden

3 Was bringt es, wenn Sie erst eine Creme mit LSF 10 auftragen und eine Stunde später darüber LSF 30?

- A** Dann kann ich noch 30-mal so lange in der Sonne bleiben

B Mein Schutz erhöht sich um das 300-fache

C Nichts. Einmal in der Sonne, lässt sich der Schutz nicht mehr erhöhen

4 Was bedeutet der Aufdruck „wasserfest“ auf der Flasche?

- A** Ich kann stundenlang schwimmen – und mich danach weitersonnen
- B** Nach dem Pool-Bad muss ich nachcremen, Chlor zerstört den Filter
- C** Nach 40 Minuten im Wasser muss ich den Schutz erneuern

5 Welcher Kleidungsstoff schützt am besten vor UV-Strahlen?

- A** Baumwolle
- B** Kunstfaser
- C** Leinen

Auflösung:

1 = c Ein Erwachsener braucht 30 g, um sich vollständig einzucremen. Rechnen Sie also pro Urlaubswoche ca. 200 ml pro Person.

2 = b Faustregel: Eigenschutzzeit in Minuten, multipliziert mit dem LSF. 15 Minuten mal 10 = 150 Minuten = 2 1/2 Stunden.

3 = c Lichtschutzfaktoren addieren sich nicht, LSF 1 + LSF 2 bleibt immer LSF 1! Demnach bringt es gar nichts, stärker nachzucremen.

4 = c Wasserfest bedeutet: 40 Minuten hält der Filter dem Wasser stand. Seife löst ihn.

5 = b Baumwolle kommt etwa auf LSF 15, Leinen auf LSF 20, Kunstfasern auf LSF 30 – auch abhängig von Webdichte und Farbe.