



## MEDIENMITTEILUNG

Kontakt Luca Toneatti, Kommunikationsbeauftragter, [media@krebsliga.ch](mailto:media@krebsliga.ch)  
Telefon direkt 031 389 91 19  
Datum Bern, 18. Juni 2019

### **Sommerferienzeit ist gleich Sonnenbrandzeit? Nein danke!**

**Endlich sind die Sommermonate gekommen. Viele Schweizerinnen und Schweizer verreisen ans Meer. Was viele nicht wissen: In südlichen Regionen ist die UV-Strahlung stärker als wir es uns im Schweizer Mittelland gewohnt sind. Somit steigt die Gefahr eines Sonnenbrandes und damit auch das Risiko einer Hautkrebserkrankung.**

In südlichen Ländern und in den Bergen ist die UV-Belastung stärker als im Schweizer Mittelland. Die Intensität der UV-Strahlung variiert jedoch auch saisonal in ihrer Stärke. Während den Monaten Mai bis August erreicht sie ihren Höhepunkt. Gewisse Oberflächen wie beispielsweise Wasser reflektieren die Strahlen und intensivieren ihre Stärke. Sowohl die UVA- wie auch die UVB-Strahlung können die Erbsubstanz (DNA) in unseren Zellen schädigen und Hautkrebs verursachen. Schwarzer Hautkrebs, auch Melanom genannt, ist besonders gefährlich. In der Schweiz erkranken jährlich rund 2700 Menschen an schwarzem Hautkrebs, rund 330 sterben daran. Deshalb gilt: Für den Strand und fürs Baden im Meer unbedingt Sonnenschutz auftragen.

#### **Machen Sie es wie die Einheimischen – gönnen Sie sich eine Siesta**

In den südeuropäischen Ländern ist sie gang und gäbe – die Siesta. Eine Ruhepause im Schatten während der Mittagszeit (11 bis 15 Uhr) macht aus Sicht des Sonnenschutzes besonders Sinn, denn während dieser Zeit treffen fast zwei Drittel der täglichen UV-Strahlung auf die Erdoberfläche. Wer trotz Mittagshitze einen Ausflug macht, sollte sich unbedingt mit Textilien, Hut, Sonnenbrille und Sonnencreme schützen.

#### **Das bietet die Krebsliga zum Sonnenschutz**

Damit die Sommerferien nicht zur Sonnenbrandzeit werden, informieren diverse Broschüren und Faktenblätter der Krebsliga detailliert über Sonnenschutz und Hautkrebs. Diese können heruntergeladen oder kostenlos bestellt werden unter [www.krebsliga.ch/sonnenschutz](http://www.krebsliga.ch/sonnenschutz).