

Nur nicht aus der Haut fahren!

Kaum zeigt sich das Wetter von seiner sonnigen Seite, kommen wieder zahlreiche Kunden mit juckendem Hautausschlag in die Apotheke. Eigendiagnose: **Sonnenallergie!**



© yellowj / www.fotolia.com

einer „Sonnenallergie“. Dermatologen nehmen es genauer und stellen oft die Diagnose polymorphe Lichtdermatose (PLD).

Schutz muss sein! Die Ursachen der PLD sind bisher nicht eindeutig geklärt. Als „Haupt-übeltäter“ steht lediglich die elektromagnetische Strahlung der Sonne fest. Die quälende Hauterkrankung kann in unterschiedlichen morphologischen Varianten auftreten, was die Bezeichnung polymorph (also vielgestaltig) erklärt. Die PLD ist die häufigste lichtinduzierte Hautkrankheit überhaupt, schätzungsweise zehn bis 20 Prozent der Bevölkerung sind betroffen – Frauen häufiger als Männer, blassere Menschen häufiger als mediterrane Typen. Ist der juckende Hautausschlag schon da, sollten Sie Ihren Kunden raten, um die Sonne erst einmal einen großen Bogen zu machen, im Freien schützende Kleidung zu tragen und zwecks exakter Diagnose einen Dermatologen aufzusuchen. Nur der Mediziner kann die PLD sicher von anderen Hauterkrankungen mit ähnlicher Symptomatik abgrenzen. Gegen akute Beschwerden helfen vor allem Zinkschüttelmixturen oder – falls erforderlich – Glukokortikoide zur topischen Anwendung.

Etwas komplizierter als die Behandlung ist die Vorbeugung einer polymorphen Lichtdermatose. Experten raten Betroffenen, die empfindliche Haut zu Beginn der sonnenreichen Jahreszeit sehr behutsam an die Sonne zu gewöhnen. Ein absolutes Muss ist ein hauttypgerechtes Sonnenschutzmittel mit ausreichend hohem Lichtschutzfaktor. Moderne Sonnenschutzmittel für allergiegefährdete Haut enthalten neben UVA- und UVB-Filtern auch Antioxidanzien (z. B. Vitamin E), denen eine zusätzliche Schutzwirkung zugeschrieben wird.

Mallorca-Akne: Weg mit dem Fett! Seltener als die PLD tritt die Mallorca-Akne auf. Dabei handelt es sich ebenfalls um eine Reaktion der Haut auf UV-Strahlen. Charakteristischerweise zeigen sich vor allem an den Schultern und Oberarmen, am Dekolleté und am oberen Rücken im Bereich von Haarfollikelöffnungen kleine, mitunter leicht gerötete, akne-ähnliche Knötchen. Wahrscheinlich wird die Mallorca-Akne durch die Kombination von UV-Strahlung und fetthaltigen Inhaltsstoffen von Kosmetika bzw. hauteigenem Talg hervorgerufen. Empfehlen Sie Betroffenen deshalb medizinische Sonnenschutzmittel, die ohne Emulgatoren und Fette auskommen (z. B. Sonnenschutz-Gele und -Creme-Gele) und raten Sie vorbeugend auch zu fett- und emulgatorfreier After-Sun-Pflege. Gute Nachricht für Betroffene: Die für Mallorca-Akne typischen Knötchen bilden sich nach einiger Zeit in aller Regel von ganz allein wieder zurück! ■

Andrea Neuen-Biesold,
Freie Journalistin

Dass die UV-Strahlen der Sonne unserer empfindlichen Haut arg zusetzen können, ist hinlänglich bekannt. Neben gefährlichem Sonnenband, der die Entstehung von Hautkrebs nachweislich begünstigt, sind juckende Haut-

ausschläge nach ausgiebigem Sonnengenuss weit verbreitet. Wenn sich Juckreiz sowie rote Knötchen, Quaddeln, Flecken oder Bläschen am Körper – bevorzugt am Dekolleté, an den Armen und auf den Handrücken – breit machen, sprechen medizinische Laien meist von