

Gute um wenig Geld

- ▶ Sonnenschutzmittel mit Lichtschutzfaktor 30 und 50(+) im Test
- ▶ Die billigsten Produkte sind in beiden Gruppen die besten
- ▶ Eine Creme bietet nur unzureichenden UVA-Schutz

Im Sommer gibt es im Freien jede Menge zu tun: Ball spielen, Schaukeln und Rutschen testen, Sandburgen bauen, ausgiebig im Wasser pritscheln und zwischendurch einfach auf der Decke liegen. Damit schöne Sommertage nicht mit Sonnenbrand und Tränen enden, muss die empfindliche Kinderhaut gut geschützt werden. Viel hilft in diesem Fall wirklich viel: T-Shirt anziehen, Kapperl und Brille aufsetzen und auf die freien Hautstellen reichlich Sonnenschutzmittel mit hohem Lichtschutzfaktor auftragen. Die besten Plätze für Liegedecken und Sandkisten sind nicht in der prallen Sonne, sondern im Schatten! Wir haben gemeinsam mit anderen Konsumentenschutzorganisationen die Qualität von Sonnenschutzmitteln für Kinder mit Lichtschutzfaktor (LSF) 30, LSF 50 und LSF 50+ in einem internationalen Test geprüft.

„Dünnhäutige“ Kids

Lichtschutzfaktor 30 bzw. 50 und 50+, das kommt Ihnen vielleicht sehr hoch vor. Doch Kinderhaut ist dünn und durchlässig, das ihr eigene Schutzsystem noch nicht gut ausgebaut. Die Fähigkeit, sich durch Bräune und Verdickung der obersten Hautschicht (Lichtschwiele) vor UV-Strahlen zu schützen, entwickelt die Haut nach und nach. Erst mit der Pubertät ist diese Entwicklung dann abgeschlossen.

UV-Strahlen können daher in Kinderhaut tief eindringen und Schäden verursachen, die erst Jahre später zutage treten. Besonders gefährdet sind Kinder mit heller Haut, für diese sollten deshalb Sonnenschutzmittel mit LSF 50 und darüber eingekauft werden. Zudem verbringen Kinder mehr Zeit im Freien und in der Sonne als Erwachsene und sind dadurch höherer UV-Belastung ausgesetzt. Hautschäden summieren sich von der Kindheit bis ins hohe Alter. Mit der Anzahl und Schwere von Sonnenbränden steigt auch das Risiko für Spätfolgen, im schlimmsten Fall Hautkrebs.

Guter Sonnenschutz ist daher bei allen Freizeitaktivitäten wichtig. Die auch bei uns erhältlichen Sonnenschutzmittel im Test stammen aus Drogerie- und Supermärkten, aus der Apotheke und dem Reformhaus. Es sind sowohl preiswerte als auch sehr teure Mittel vertreten. Die gute



Foto: shutterstock



Testergebnisse Sonnenschutzmittel für Kinder

bei gleicher Punktzahl Reihenfolge alphabetisch

Abbildungsnummer	Marke	Bezeichnung	Lichtschutzfaktor lt. Anbieter	Inhalt in ml	Mittlerer Preis in €	Preis für 100 ml in €	TESTURTEIL	Erreichte von 100 Prozentpunkten
LICHTSCHUTZFAKTOR 30								
1	dm/Sun Dance Kids ⁶⁾	Sonnen Milch	30	300	4,35	1,45	gut (72)	
2	Müller/Cadeavera sun	Sonnenmilch für Kinder	30	200	2,65 ¹⁾	1,33	gut (72)	
3	Bübchen	Sonnen Milch	30	150	6,- ¹⁾	4,-	gut (68)	
4	Ladival	Sonnenschutz Milch für Kinder	30	200	17,90 ³⁾	8,95	gut (68)	
5	Norma/Barbuda Sun Kids	Sonnenspray färbig	30	300	4,49 ²⁾	1,50	gut (68)	
6	Yves Rocher Protectyl Végétal	Sonnenschutz-Milch Kinder	30	150	23,-	15,33	gut (62)	
7	La Roche-Posay Anthelios	Derma-Kids Milch	30	100	17,50 ³⁾	17,50	durchschnittlich (58)	
8	Nivea Sun Kids	Pflegende Sonnenmilch	30	200	13,-	6,50	durchschnittlich (50)	
9	Annemarie Börlind Sun For Kids	Natural Beauty Sonnen-Milch	30	125	17,- ⁵⁾	13,60	durchschnittlich (46)	
10	Daylong Kids Liposomale	Sonnenschutz-Lotion	30	100	20,90 ³⁾	20,90	durchschnittlich (44)	
11	Garnier Ambre Solaire delial Kinder Color Control ⁹⁾	Farbiges Sonnenspray	30	200	10,- ¹⁾	5,-	weniger zufriedenstellend (38)	
12	Ultrasun Professional Protection kids	formula reflex	30	100	17,-	17,-	weniger zufriedenstellend (28)	
LICHTSCHUTZFAKTOR AB 50								
13	Lidl/Cien Sun	Sonnenspray für Kinder	50	250	4,99	2,-	gut (70)	
14	Nivea Sun Kids Swim & Play	Schutz-Lotion	50+	150	12,45 ¹⁾	8,30	gut (68)	
15	Eucerin Sun Protection Kids	Sun Spray	50+	200	17,45 ³⁾	8,73	gut (66)	
16	Garnier Ambre Solaire	Kinder Sonnenspray Ultra-Feuchtigkeit	50+	200	16,-	8,-	durchschnittlich (48)	

Zeichenerklärung: ● = ja ○ = nein k.A. = keine Angabe

a = Titanium Dioxide b = Octocrylene c = Butyl Methoxydibenzoylmethane d = Ethylhexyl Salicylate e = Bis-Ethylhexyloxyphenol Methoxyphenyl Triazine f = Zinc Oxide
 g = Terephthalidine Dicapthor Sulfonic Acid h = Drometrizole Trisiloxane i = Ethylhexyl Triazone j = Phenylbenzimidazole Sulfonic Acid k = Ethylhexyl Methoxycinnamate
 l = Methylene Bis-Benzotriazolyl Tetramethylbutylphenol m = Diethylamino Hydroxybenzoyl Hexyl Benzoate n = Diethylhexyl Butamido Triazone o = Sodium Phenylbenzimidazole Sulfonate
 p = Homosalate q = Parabene (Anzahl der Parabene) r = Phenoxyethanol s = Benzyl Alcohol



5



6



7



8



13



14



15



16

Fotos: Stiftung Warentest, VKI

kompetent

Preiswert und tadellos. Müller/Cadeavera sun Sonnenmilch für Kinder (1,33 Euro/100 ml) und dm/Sun Dance Kids Sonnen Milch (1,45 Euro/100 ml) sind Testsieger in der Produktgruppe mit LSF 30. Lidl/Cien Sun Sonnenspray für Kinder (2 Euro/100 ml) ist das beste Sonnenschutzmittel mit LSF ab 50.

UVB-Schutz passt bei den meisten. Kein Mittel im Test unterschreitet den angegebenen Lichtschutzfaktor. Doch bei Natural Beauty Sonnen-Milch/Annemarie Börlind Sun For Kids ist der Lichtschutzfaktor bei Weitem höher als auf der Packung angegeben.

Auch UVA-Schutz ist Pflicht. In EU-Ländern müssen Sonnenschutzmittel mit UVA-Schutz ausgestattet sein. Ausgenommen Ultrasun Professional Protection kids formula reflex schirmen die getesteten Mittel UVA-Strahlen gut ab. Sonnenschutzmittel besser von daheim mitnehmen, falls Sie außerhalb der EU Urlaub machen.

Testkriterien

Die Testkriterien finden registrierte Abonnenten auf www.konsument.at.

Nachricht gleich vorweg: Die günstigsten Sonnenschutzmittel sind die besten. Unter den Sonnenschutzmitteln mit LSF 30 teilen sich Müller/Cadeavera sun Sonnenmilch für Kinder um 1,33 Euro je 100 ml und dm/Sun Dance Kids Sonnen Milch um 1,45 Euro je 100 ml Platz eins. Das beste Sonnenschutzmittel mit LSF ab 50, Lidl/Cien Sun Sonnenspray für Kinder, gibt es um wohlfeile 2 Euro je 100 ml.

UVA und UVB

Gute Sonnenschutzmittel schirmen die Haut sowohl gegen UVB- als auch gegen UVA-Strahlen ab. UVB-Strahlen verursachen den gefürchteten Sonnenbrand und fördern die Entstehung von Hautkrebs. Sie sind es aber auch, die die Haut dazu anregen, eine sogenannte Lichtschwiele zu bilden. Die macht letztlich den „natürlichen“ Sonnenschutz aus. UVA-Strahlen sind langwelliger und dringen tiefer in die Haut ein. Sie sorgen dafür, dass die Haut braun wird, beschleunigen aber auch ihre Alterung und fördern ebenfalls die Entstehung von Hautkrebs. Aus diesem Grund tritt in Österreich im September 2010 ein Solarienverbot für Jugendliche in Kraft. Für Erwachsene gilt: „Künstlich“ erworbene Bräune, sei es im Solarium mit UVA-Strah-

HERSTELLERANGABEN						35 %		25 %		20 %		5 %		10 %		5 %	
Wasserfest	Lichtschutzfilter	Konservierungsstoffe	Emulgatoren	Farbstoffe	Parfum	EINHALTUNG DES LICHTSCHUTZFAKTORS (UVB)	UVA/UVB-VERHÄLTNIS (1:3)	WASSERFESTIGKEIT BESTANDEN	ENTNAHME BEI 20 °C UND 40 °C	MIKROBIOLOGISCHE QUALITÄT	WÄRME- UND KÄLTEBESTÄNDIGKEIT	ANWENDUNGSHINWEISE	LESBARKEIT, BESCHRIFTUNGEN				
●	a, b, c, e, n	○	●	○	○	+	+	●	+	++	++	++	+	+	+	+	+
●	a, b, c, e	○	○	○	●	+	+	●	+	++	++	++	+	+	+	+	+
●	a, b, c, d, j	○	●	○	●	+	+	●	+	++	++	+	○	○	○	○	○
●	a, b, c, d, e, m	○	●	○	○	+	+	●	○	++	++	++	+	+	+	+	+
●	a, b, c, l	○	○	●	●	+	+	●	○	++	++	++	+	+	+	+	+
k. A.	b, d, e, k, l	q (3)	●	●	●	+	+	○	○	++	++	- ⁸⁾	○	○	○	○	○
●	a, b, c, d, e, g, h, i	r	●	○	○	+	+	●	-	++	++	○	○	○	○	○	○
●	a, b, c, e, o	q (2), r	●	○	●	+	+	○ ⁴⁾	+	++	++	++	+	+	+	+	+
●	a, b, e, f	r, s	●	○	○	- ⁷⁾	+	●	○	++	++	-	○	○	○	○	○
●	d, e, k, l, m	q (2)	●	○	○	+	+	○ ⁴⁾	○	+	++	○	○	○	○	○	○
●	a, c, d, e, g, h, i	○	○	●	●	+	+	○	○	- ⁴⁾	++	○	○	○	○	○	○
●	a, f	○	●	○	○	+	- ⁴⁾	●	○	++	++	○	○	○	○	○	○
●	a, b, c, e	○	○	○	○	+	+	●	○	++	++	++	+	+	+	+	+
●	a, b, c, e, l	q (2), r	●	○	●	+	+	●	○	++	++	++	+	+	+	+	+
●	a, b, c, e, k, n, o, p	q (2), r	●	○	○	+	+	●	+	++	++	○	○	○	○	○	○
●	a, b, c, d, e, g, h, i	○	○	○	○	+	+	●	+	- ⁴⁾	++	++	○	○	○	○	○

¹⁾ erhältlich bei Müller ²⁾ erhältlich bei Norma ³⁾ erhältlich in Apotheken ⁴⁾ führt zur Abwertung
⁵⁾ Laut Anbieter neue Aufmachung und geänderte Rezeptur ⁷⁾ Lichtschutzfaktor deutlich überschritten ⁸⁾ erhältlich im Reformhaus
 schwer zugänglich ³⁾ neue Verpackung ohne Bezeichnung „delial“ ⁹⁾ Anwendungshinweise
 Beurteilungsnoten: sehr gut (++) , gut (+) , durchschnittlich (o) , weniger zufriedenstellend (-) , nicht zufriedenstellend (--)
 Prozentangaben = Anteil am Endurteil Preise: April/Mai 2010



Tipps für den Sonnenschutz

- **Dick auftragen.** Beim Auftragen des Sonnenschutzmittels nicht sparen. Vor allem besonders exponierte Hautstellen (Gesicht, Nacken, Ohren, Arme) reichlich eincremen. Der Schutz ist unmittelbar nach dem Auftragen gegeben, die Mittel wirken sofort. Öfter nachcremen, für die Lippen einen Schutzstift mit hohem LSF verwenden.
- **Lichtschutzfaktor-Wechsel bringt nichts.** Verwendet man zunächst ein Mittel mit LSF 10, lässt sich der Schutz nicht dadurch verlängern, dass man später einen höheren LSF wählt. Der LSF jenes Mittels, das als erstes aufgetragen wurde, ist entscheidend.
- **Besser kürzer als zu lange.** Kinder sollten besser kürzer als zu lange in der Sonne bleiben. Zwischen 12 und 16 Uhr nur im Schatten spielen lassen. Auch dort eincremen. Zusätzlich T-Shirt anziehen, Kapperl und Brille aufsetzen. Für Kinder im ersten Lebensjahr ist pralle Sonne überhaupt tabu. Kinderwagen mit Sonnenschirm ausstatten.

- **Kleidung schützt.** T-Shirts, Kapperln und Sonnenschirme aus blickdichtem Gewebe schirmen UV-Strahlen besser ab als solche aus transparenten Stoffen. Ob ein Gewebe blickdicht ist, erkennen Sie, wenn Sie es gegen das Sonnenlicht halten. Kräftig gefärbte Textilien (rot, blau, dunkelgrün) schützen obendrein besser als helle, trockene besser als nasse. Der UV-Schutz, den ein blickdichtes färbiges T-Shirt oder ein Sonnenschirm bietet, entspricht Lichtschutzfaktor 50 und mehr.
- **Brille anpassen lassen.** Leichte Brillen mit Seitenschutz (damit auch seitlich kein Licht einstrahlt) und braunen oder grauen Scheiben sind am besten. In Ruhe aussuchen lassen. Blinzelt das Kind trotz Sonnenbrille, sind die Scheiben zu hell, zu dunkle Scheiben sind wiederum im Schatten störend. Das Gestell vom Optiker anpassen lassen, damit nichts drückt.

len oder durch einen Selbstbräuner, schützt keineswegs vor Sonnenbrand.

Der Lichtschutzfaktor bezieht sich ausschließlich auf den Schutz vor UVB-Strahlen. Er gibt einen Anhaltspunkt, wie lange man sich mit dem Mittel eingecremt in der Sonne aufhalten kann, ohne rote Haut zu bekommen. Je höher der Faktor, desto länger. Wer beispielsweise ungeschützt bereits nach zehn Minuten einen Sonnenbrand bekommt, kann mit Lichtschutzfaktor 30 theoretisch dreißig Mal so lange (also fünf Stunden) in der Sonne bleiben. In der Pra-

xis sollte diese errechnete Zeit aber nicht ausgeschöpft werden. Denn abhängig vom Hauttyp, der Intensität der Sonneneinstrahlung und der Menge aufgetragener Sonnencreme (meistens wird zu wenig aufgetragen) sind starke Abweichungen möglich. Nach maximal zwei Drittel der errechneten Zeit heißt es: Weg aus der Sonne und ab in den Schatten!

Lichtschutzfilter: auch Schattenseiten

Kein Produkt im Test unterschreitet den angegebenen Lichtschutzfaktor. Bei Annemarie Börlind Sun For Kids wurde im Labor allerdings ein weitaus höherer Faktor ermittelt als auf der Packung angegeben. Da wurde bei der Herstellung eindeutig zu tief in den Lichtschutzfaktor-Topf gegriffen. Wie gesagt: Kinderhaut ist empfindlich. Chemische Lichtschutzfilter (sie dringen in die Haut ein und wandeln dort UV- in Wärmestrahlung um) können die Entstehung von Hautirritationen begünstigen. Manche Filtersubstanzen stehen zudem unter dem Verdacht, hormonähnlich zu wirken. Physikalische Lichtschutzfilter (Deckpigmente aus Zinkoxid oder Titanoxid) reflektieren das Sonnenlicht an der Hautoberfläche. Sie hinterließen bei früheren Produktgenerationen auf der Haut einen weißen Film. Mittlerweile werden mineralische Filtersubstanzen meistens unter Anwendung von Nanotechnologie aufbereitet: Sind die Deckpigmente stark zerkleinert, wirken sie transparent. Nach derzeitigem Wissensstand sollten in Cremes enthaltene Nanopartikel bei gesunder Haut unproblematisch sein und nicht in

den Körper eindringen können. Ob ein Produkt Nanopartikel enthält, muss derzeit nicht einmal deklariert werden. Regelungen zur Größe und Oberflächenbeschaffenheit von Nanopartikeln sind deshalb längst überfällig.

Auch andere Inhaltsstoffe von Sonnenschutzmitteln wie Konservierungsstoffe, Emulgatoren, Farbstoffe und Parfum können Hautirritationen hervorrufen. Etliche Produkte im Test werden, wie unsere Tabelle zeigt, bereits ohne solche Substanzen hergestellt. Erwachsene mit empfindlicher Haut werden hier vielleicht ebenfalls gerne zugreifen.

Beim UVA-Schutz gepatzt

Das Logo UVA im Kreis weist darauf hin, dass ein Mittel auch vor UVA-Strahlen Schutz bietet – in EU-Ländern ist das mittlerweile obligatorisch, in anderen Ländern noch nicht. Damit der UVA-Schutz gegeben ist, muss das Verhältnis UVA- zu UVB-Faktor mindestens 1 : 3 betragen. Bei Ultrasun Professional Protection kids formula reflex, dem einzigen Produkt im Test mit ausschließlich physikalischen Lichtschutzfiltern, passt dieses Verhältnis nicht. Das Mittel schützt nicht ausreichend vor UVA-Strahlen. Bei allen anderen Produkten war das UVA/UVB-Verhältnis tadellos.

Damit der UV-Schutz erhalten bleibt, muss im Lauf des Tages immer wieder einmal gut nachgcremt werden. Vor allem nach dem Baden und Abtrocknen. Denn auch bei als „wasserfest“ deklarierten Sonnenschutzmitteln geht der Schutz durch Schwimmen, Schwitzen oder Abrieb nach und nach verloren. Wichtig zu wissen: Damit ein Sonnenschutzmittel als „wasserfest“ bezeichnet werden darf, reicht es, wenn es nach zweimal zwanzig Minuten langem Baden noch die Hälfte des ursprünglichen Schutzes bietet. Die meisten als „wasserfest“ ausgezeichneten Sonnenschutzmittel im Test werden dieser Anforderung gerecht. Außer: Nivea Sun Kids Pflegende Sonnenmilch und Daylong Kids Liposomale Sonnenschutz-Lotion. „Extra wasserfest“ prangt bei diesen beiden auf der Packung, doch von „wasserfest“ keine Spur. Besonders ärgerlich: Daylong Kids Liposomale Sonnenschutz-Lotion ist mit 20,90 Euro pro 100 ml noch dazu das bei Weitem teuerste Produkt im Test.

Anlass zu Kritik gaben noch die Produkte von Garnier, Ambre Solaire und Ambre Solaire delial. Bei der mikrobiologischen Untersuchung wurden sowohl im Spray mit LSF 30 als auch im Spray mit LSF 50+ erhöhte Keimbelastungen festgestellt ■



Foto: shutterstock