



Hauttypen

Bestimmung Verfahren zur Bestimmung des Hauttyps

Zur Festlegung maximaler Bestrahlungszeiten ist die Kenntnis der individuellen und aktuellen UV-Empfindlichkeit der Haut erforderlich, die durch die Bestimmung des Hauttyps abgeschätzt werden kann. Wichtige Kriterien sind hierfür vor allem die Neigung der Haut zur Bildung eines UV-Erythems (Sonnenbrand) und zur Hautbräunung bei der ersten längeren UV-Bestrahlung der nicht vorbestrahlten Haut. Darüber hinaus können äußere Merkmale wie die Haut-, Haar- und Augenfarbe sowie die Anzahl von Sommersprossen Hinweise liefern.

Die folgenden 10 Fragen sind dazu geeignet, die Hauttypen I bis IV zu bestimmen. Die Hauttypen V und VI zeichnen sich durch eine wenig empfindliche braune bis dunkelbraune Haut, dunkle Augen und schwarzes Haar aus. Die Eigenschutzzeit der Haut liegt bei diesen Hauttypen bei 60 Minuten und mehr. Eine detaillierte Hauttypbestimmung für diese Hauttypen erübrigt sich. Die folgenden Fragen sind so genau wie möglich zu beantworten:

Vor- und Nachname

Straße, Hausnummer

PLZ, Ort

Telefon

Sind Sie 18 Jahre alt oder älter? Ja Nein

Welchen Farbton weist Ihre unbestrahlte Haut auf?

- Rötlich 1
- Weißlich 2
- Leicht beige 3
- Bräunlich 4

Hat Ihre Haut Sommersprossen?

- Ja, viele 1
- Ja, einige 2
- Ja, aber nur vereinzelt 3
- Nein 4

Wie reagiert Ihre Gesichtshaut auf die Sonne?

- Sehr empfindlich, meist Hautspannen 1
- Empfindlich, teilweise Hautspannen 2
- Normal empfindlich, nur selten Hautspannen 3
- Unempfindlich, ohne Hautspannen 4

Wie lange können Sie sich im Frühsommer in Deutschland am Mittag bei wolkenlosem Himmel in der Sonne aufhalten, ohne einen Sonnenbrand zu bekommen?

- Weniger als 15 Minuten 1
- Zwischen 15 und 25 Minuten 2
- Zwischen 25 und 40 Minuten 3
- Länger als 40 Minuten 4

Wie reagiert Ihre Haut auf ein längeres Sonnenbad?

- Stets mit einem Sonnenbrand 1
- Meist mit einem Sonnenbrand 2
- Oftmals mit einem Sonnenbrand 3
- Selten oder nie mit einem Sonnenbrand 4

Wie wirkt sich bei Ihnen ein Sonnenbrand aus?

- Kräftige Rötung, teilweise schmerzhaft und Bläschenbildung, danach Schälen der Haut 1
- Deutliche Rötung, danach Schälen der Haut 2
- Rötung, danach manchmal Schälen der Haut 3
- Selten oder nie Rötung und Schälen der Haut 4

Ist bei Ihnen nach einmaligem längerem Sonnenbad anschließend ein Bräunungseffekt zu erkennen?

- Nie 1
- Meist nicht 2
- Oftmals 3
- Meist 4

Wie entwickelt sich bei Ihnen die Hautbräunung nach wiederholtem Sonnenbad?

- Kaum oder gar keine Bräunung 1
- Leichte Bräunung nach mehreren Sonnenbädern 2
- Fortschreitende, deutlicher werdende Bräunung 3
- Schnell einsetzende und tiefe Bräunung 4

Welche Angabe entspricht am ehesten Ihrer natürlichen Haarfarbe?

- Rot bis rötlich blond 1
- Hellblond bis blond 2
- Dunkelblond bis braun 3
- Dunkelbraun bis schwarz 4

Welche Farbe haben Ihre Augen?

- Hellblau, hellgrau oder hellgrün 1
- Blau, grau oder grün 2
- Hellbraun oder dunkelgrau 3
- Dunkelbraun 4