

Tägliche Pflege für eine gesunde Haut

Auch wenn es nicht ans Sonnenbaden geht, braucht unsere Haut regelmäßige Pflege, um gesund und widerstandsfähig zu bleiben:

User Tipp:

Über eine wasserreiche Ernährung versorgen Sie Ihre Haut von innen heraus mit Feuchtigkeit.



PFLEGEPRODUKTE MIT LSF

Mit einer täglichen, feuchtigkeits-spendenden Pflege mit Lichtschutzfaktor versorgen Sie Ihre Haut mit Feuchtigkeit und schützen sie gleichzeitig vor UV-Strahlung.

**Avène Hydrance UV-
Leicht Feuchtigkeits-
emulsion LSF 30**
40 ml

**VICHY Idéal Soleil Anti
Unreinheiten LSF 30**
50 ml



HAUTBERUHIGENDE SPRAYS

Hitze und Sonne strapazieren die Haut. Mit Sprays auf Wasserbasis, z. B. Thermalwassersprays, können Sie Ihre Haut schonend kühlen und beruhigen.

**LA ROCHE-POSAY
Thermalwasser Spray**
100 ml

**VICHY
Thermalwasserspray**
50 ml



PEELING

Ein regelmäßig angewandtes Peeling kann langfristig Hautunreinheiten, Pigmentstörungen, Narben und Falten mindern.

**Avène Body
Mildes Peeling Gel**
200 ml

**DERMASENCE
Face Peeling**
50 ml

Sommer, Sonne, Sonnenschutz!



Infos & Tipps:
**So schützen
Sie Ihre Haut!**



Zu weiteren Produkten informieren wir Sie gerne fachgerecht vor Ort!

**PLUSPUNKT
APOTHEKE**

www.pluspunkt-apotheke.de

PLUSPUNKT + APOTHEKE

Sonnebaden - gut geschützt

Sonnenschein macht glücklich! Deshalb ist es gut, dass wir im Sommer viel Zeit im Freien verbringen. Die Sonnenstrahlen können unsere empfindliche Haut aber auch auf die Probe stellen. Wir zeigen Ihnen, wie Sie den Sommer gut geschützt genießen!

Sonnebaden ist gesund!

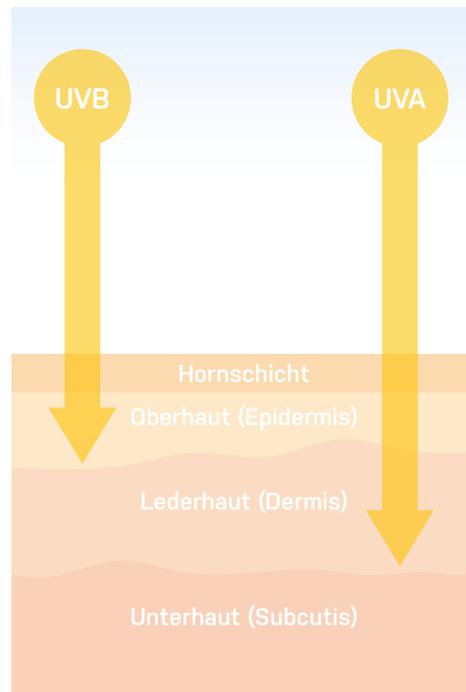
Im Sonnenlicht gibt es zwei Strahlenarten, die eine medizinische Wirkung auf die Haut haben: Die ultraviolette Strahlung, kurz UV-Strahlung, und die infrarote Strahlung. Während die UV-Strahlen der Haut helfen, Vitamin D zu produzieren, versorgen uns die Infrarot-Strahlen mit Wärme: zwei positive Effekte für die Haut.

UV-A- & UV-B-STRAHLEN

Die UV-Strahlen des Sonnenlichts dringen durch die oberen Hautschichten und wandeln dort die körpereigene Substanz Cholesterin zunächst zum sogenannten Prävitamin D3 um. Dieses wird in einem zweiten Schritt zu Vitamin D.

Schon gewusst?

Ein circa 20-minütiges Sonnenbad genügt der Haut, um 90 Prozent des täglichen Vitamin D-Bedarfs zu bilden. Den Restbedarf können wir über den Konsum Vitamin D-haltiger Lebensmittel wie fettreiche Fische, Pilze oder Milchprodukte decken.



VITAMIN D – DAS SONNENSCHNEIN-VITAMIN

Da Vitamin D an der Steuerung von Zellteilung und Zellwachstum beteiligt ist, hilft es der Haut, gesund zu bleiben. Außerdem unterstützt Vitamin D Haut und Immunsystem im Kampf gegen Fremdkörper und Krankheitserreger, indem es körpereigene Abwehrstoffe aktiviert und steuert. Wenn der Körper zu wenig Sonnenstrahlung ausgesetzt ist, kann ein Vitamin D-Mangel auftreten.



Symptome von Vitamin D-Mangel:

- häufige Infekte
- allgemeine Müdigkeit
- Schlafstörungen
- Depressionen, schlechte Stimmung
- schlechtes Hautbild
- Knochen- und Rückenschmerzen
- Schlechte Wundheilung
- nachlassende Leistungsfähigkeit



Dekristol® 1.000 I.E. Tabletten
100 Stück

Wann wird die Sonne zur Gefahr für Ihre Haut?

Der übermäßige und ungeschützte Aufenthalt im Sonnenlicht kann zu akuten und chronischen Erkrankungen sowie Überempfindlichkeiten der Haut wie einer Sonnenallergie führen. Sonnenbestrahlte Haut altert wesentlich schneller. Diese durch längeres Sonnen ausgelöste Hautalterung bezeichnet man als Lichtalterung der Haut (oder auch als Photoaging).



Äußerliche Merkmale von Lichtalterung:

- feine und tiefe Falten
- unregelmäßige Pigmentierung
- große, sommersprossenartige Flecken
- gelblicher Hautton
- ledrige Beschaffenheit

Hellhäutige Menschen sind zwar besonders empfindlich gegenüber UV-Strahlen, jedoch kann bei übermäßiger Strahlung jeder Hauttyp Schaden nehmen. Grundsätzlich lässt sich sagen: Wer sich viel in der Sonne aufhält, hat ein größeres Risiko, dass die Haut Langzeitschäden nimmt. Diese Schäden können sich in Form von präkanzerösen Wucherungen (Vorstufen von Hautkrebs) und schlimmstenfalls Hautkrebs äußern.

Schon gewusst?

Bereits ab 15 Minuten kann der Aufenthalt in der Sonne bei empfindlichen Personen einen Sonnenbrand auslösen.

Wenn die Sonne nicht nur bräunt ...

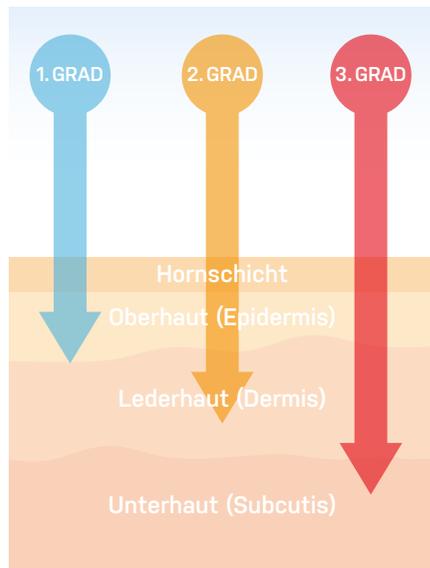
Warme Sonnenstrahlen auf der Haut sind zunächst einmal angenehm. Bleibt man zu lange und vor allem ungeschützt in der Sonne, kann das jedoch unangenehme Folgen haben. Kühlen, Cremes, Trinken: Wie Sie Ihre Haut nach einem Sonnenbrand am besten versorgen.

Sonnenbrand – Ein Hilferuf der Haut

Viel zu schnell ist es passiert – die Haut ist tiefrot und schmerzt bei jeder Bewegung. Ein Sonnenbrand ist eine Entzündung der Haut, die durch zu viel UV-Strahlung der Sonne ausgelöst wird. Bei einem besonders starken Sonnenbrand kann die Haut sogar Hitzeblassen bekommen. Die Rötung und der Schmerz klingen zwar nach ein paar Tagen ab, jeder Sonnenbrand erhöht allerdings das Risiko für Hautkrebs und andere Langzeitschäden der Haut.

Unser Tipp:

Bewahren Sie After-Sun-Lotions im Kühlschrank auf – extra Kühlungseffekt.



1. GRAD:

- Schmerzhafte Hautrötung
- Berührungsempfindlichkeit
- Juckreiz

2. GRAD:

- sehr schmerzhafte Hautrötung
- Blasenbildung
- Arztbesuch empfehlenswert

3. GRAD:

- Zerstörung und Ablösung der Oberhaut
- Infektionen der verbrannten Körperstellen möglich
- Arztbesuch dringend notwendig
- Behandlung mit Infusionen

SELBSTHILFE BEI SONNENBRAND



Step 1: Raus aus der Sonne!

Bei Anzeichen eines Sonnenbrandes auf keinen Fall weiter sonnen! Auch im Schatten sollte der gerötete Bereich zusätzlich mit Textilien geschützt werden.



Step 2: Kühlen, kühlen, kühlen ...

Direkt nach dem Sonnenbrand können kühle, feuchte Umschläge die Schmerzen lindern und die Verbrennung begrenzen. Legen Sie aber auf keinen Fall ein Coolpack o.Ä. direkt auf die Haut, da die Gefahr von Erfrierungen besteht.



Step 3: After-Sun-Produkte nutzen

After-Sun-Gele enthalten Stoffe, die die Haut beruhigen, sonnenbedingte Hautrötungen sowie Spannungsgefühle abklingen lassen und der Haut zusätzlich Feuchtigkeit spenden.



Step 4: Viel Wasser trinken

Wer einen Sonnenbrand hat, sollte viel trinken. Das beschleunigt den Regenerationsprozess der Haut und stabilisiert den Kreislauf. Auch kühles Wasser in Form eines Sprays ist eine echte Wohltat für die gereizte Haut. Thermalwassersprays wirken entzündungshemmend.



Panthenol Gel Aloe Vera
40g



Ladival® Akut Après
Pflegeberuhigungsspray
150 ml



Avène® Thermalwasser
Spray + 5 Tuchmasken
1 Set

SONNENBRAND-HAUSMITTEL: DAS HILFT WIRKLICH

User Tipp:

Ein Wickel mit Quark oder Joghurt kühlt die Haut angenehm. Einfach die Masse auf ein sauberes Geschirrtuch streichen und den Wickel auf die Verbrennung legen.



ALOE VERA

Die Aloe Vera spendet Feuchtigkeit und beruhigt die entzündete Haut. Wer eine Aloe Vera zu Hause hat, kann einfach ein Stück abschneiden und das austretende Gel auf die Haut streichen. Alternativ ein Gel aus der Apotheke benutzen.

Aloe Vera 100% pur pro Natur Gel
100ml

SCHWARZER TEE & KAMILLENTÉE

Kamillentee und Schwarzer Tee wirken entzündungshemmend. Am besten bereits benutzte Teebeutel im Kühlschrank aufbewahren und dann auf den Sonnenbrand legen. Werden die Beutel warm, sollten sie ausgetauscht werden.



Kamillenblüten Tee
75g

**H&S® Schwarztee
Premium Indien-Ceylon**
20x1,8g

HEILERDE

Auch Heilerde kühlt und pflegt die Haut bei Sonnenbrand. Sie wird mit kühlem Wasser angerührt und vorsichtig aufgetragen. Ist die Heilerde getrocknet, wird sie ebenfalls mit kühlem Wasser wieder abgewaschen.



Luvos® Heilerde 2 hautfein
480g

Mit schwerem Sonnenbrand zum Arzt!

Bei einem Sonnenbrand mit Verbrennungen zweiten Grades (Rötung, Hitzegefühl, Schmerzen) sollten Sie dringend einen Arzt aufsuchen. Das gilt auch für großflächigen Sonnenbrand oder bei Bläschen-Bildung auf der Haut.



Vorsicht Hautkrebs!

Unter Hautkrebs werden verschiedene Krebserkrankungen der Haut zusammengefasst. Hautkrebs ist die häufigste Art der Krebserkrankung in Deutschland. Wird er jedoch früh genug erkannt, ist Hautkrebs in den allermeisten Fällen heilbar.

1. HELLER HAUTKREBS

Der helle Hautkrebs ist die häufigste Form von Hautkrebs. Er bildet sehr selten Metastasen aus, muss allerdings trotzdem behandelt werden. Hauptsächlich sind ältere Menschen betroffen. Eine Früherkennung ist durch Hautkrebs-Screening möglich.



Risikofaktoren:

- intensive UV-Belastungen über viele Jahre (z.B. Arbeiten im Freien)
- heller Hauttyp (Phototyp I und II)

2. SCHWARZER HAUTKREBS

Der schwarze Hautkrebs ist die gefährlichste Hautkrebsvariante. Er entsteht aus den Pigmentzellen der Haut und ähnelt auf den ersten Blick harmlosen Pigmentflecken.



Risikofaktoren:

- intensive UV-Belastungen
- häufiger Sonnenbrand
- regelmäßige Nutzung von Solarien
- hohe Anzahl an Muttermalen
- heller Hauttyp (Phototyp I und II)

FRÜHERKENNUNG DURCH SELBSTUNTERSUCHUNG

Jeder sollte seine Muttermale regelmäßig nach der **ABCDE-Regel** untersuchen. Sollten Sie Veränderungen wahrnehmen, raten wir einen Dermatologen aufzusuchen.

| Asymmetrie | Begrenzung | Colour (Farbe) | Durchmesser | Entwicklung |
|---|---|---|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • rund • symmetrisch | <ul style="list-style-type: none"> • regelmäßige Begrenzung | <ul style="list-style-type: none"> • gleichmäßiger Farbton | <ul style="list-style-type: none"> • kleiner Durchmesser <p>>6 mm</p> | <ul style="list-style-type: none"> • flach • eben |
| <ul style="list-style-type: none"> • unregelmäßige Form | <ul style="list-style-type: none"> • unregelmäßige, Begrenzung | <ul style="list-style-type: none"> • ungleichmäßiger Farbton | <ul style="list-style-type: none"> • größerer Durchmesser | <ul style="list-style-type: none"> • gefurchte Oberfläche |



Sonnenschutz für jeden Hauttyp

Eine leichte Sommerbrise, die wärmenden Sonnenstrahlen auf der Haut – wer liebt dieses Gefühl nicht? Dabei darf aber nicht vergessen werden, dass unsere Haut ein hochkomplexes Sinnesorgan ist. Dieses bedarf je nach Typ und Alter besonderer Pflege, so dass Sie die Sonne ohne Reue genießen können.

Die sechs Hauttypen

Prinzipiell unterscheidet man sechs Hauttypen. Diese reichen von sehr heller Haut bis hin zu sehr dunkler Haut. Um den genauen Hauttyp zu bestimmen, spielt jedoch nicht nur die Haut an sich, sondern auch die Haar- und Augenfarbe eine Rolle.

Schon gewusst?

Die Eigenschutzzeit ist auch vom UV-Index (UVI) abhängig. Der UVI ist nach Region, Tages- und Jahreszeit verschieden. **Höherer UVI = geringerer Eigenschutz**

| Typ | Name | Hautfarbe | Sonnenbrand | Eigenschutz | LSF |
|-----|------------------|-------------------|-------------|---------------|---------|
| | Keltischer Typ | sehr hell | sehr oft | < 10 Minuten | > 25 |
| | Nordischer Typ | hell | häufig | 10–20 Minuten | 20 – 25 |
| | Mischtyp | mittel | manchmal | 20–30 Minuten | 15 – 20 |
| | Mediterraner Typ | bräunlich, oliv | selten | > 30 Minuten | 15 |
| | Dunkler Typ | hellbraun, dunkel | kaum | > 90 Minuten | 6 – 10 |
| | Sehr dunkler Typ | dunkelbraun | nie | > 90 Minuten | 6 |

Extra-Sonnenschutz für die Haut:



Lange Kleidung – Lange Kleidung schützt die Haut gut vor der Sonneneinstrahlung. Achten Sie auf einen weiten Schnitt und natürliche, atmungsaktive Materialien wie z. B. Leinen. Den Kopf schützen Sie am besten mit einem Sonnenhut oder einer Kappe.



Mittagssonne – Um die Mittagszeit steht die Sonne am höchsten und die Atmosphärenschicht ist so dünn, dass besonders viel Sonnenlicht eindringen kann. Die Sonneneinstrahlung ist zu dieser Zeit also besonders intensiv und entsprechend potenziell gefährlich. Vermeiden Sie es nach Möglichkeit, zu dieser Zeit nach draußen zu gehen.



Einnahme von Beta-Carotinen – Zur Vorbereitung auf den Sommer oder einen Sonnenurlaub kann die regelmäßige Einnahme von Beta-Carotin sinnvoll sein. So geben Sie Ihrem Körper und Ihrer Haut schon einen natürlichen Schutz. Bitte achten Sie wie bei jeder Nahrungsergänzung unbedingt auf die richtige Anwendung.



Nach dem Baden oder Abkühlen – Trocknen Sie Ihre Haut immer gut ab, wenn Sie zum Beispiel schwimmen waren. Ein Wasserfilm auf der Haut macht diese nämlich durchlässiger für UV-Strahlen und damit anfälliger für unerwünschte Hautveränderungen.

Achtung vor Sonnenstich oder Hitzschlag!

Bei viel Sonneneinstrahlung und hohen Temperaturen drohen neben dem Sonnenbrand noch weitere Gefahren: **Sonnenstich** oder **Hitzschlag**. In beiden Fällen zählen Benommenheit, Übelkeit und Kopfschmerzen zu den Anzeichen. Sowohl bei einem Sonnenstich als auch bei einem Hitzschlag gilt: raus aus der Sonne und viel trinken! In schweren Fällen unbedingt einen Notarzt rufen.



Schon gewusst?

Die Haut älterer Menschen produziert weniger schützende Farbpigmente (Melanin) und ist daher anfälliger für die UV-Strahlung.

Immer der richtige Sonnenschutz



Sonnencreme

Körperpartien: Torso, Arme, Beine, Gesicht
Geeignet für: normale & trockene Haut
Vorteil: lässt sich dick auftragen und bietet damit effizienten Schutz
Auftragsmenge: 2 Fingerlängen pro Zone

Eucerin® Sun Allergy Protect Sun Creme-Gel LSF 50 · 150 ml



Sonnenmilch

Körperpartien: Torso, Arme, Beine, Gesicht
Geeignet für: normale & trockene Haut
Vorteil: leichtes Auftragen und Verreiben
Auftragsmenge: 2 Fingerlängen pro Zone

LA ROCHE-POSAY Anthelios XL Milch LSF 50+
 250 ml



Sonnengel

Körperpartien: Alle
Geeignet für: Mischhaut, fettige Haut
Vorteil: dringt tiefer in die Haut ein
Auftragsmenge: 8–10 Teelöffel für den Körper

Ladival® Allergische Haut Sonnenschutz Gel LSF 50+
 200 ml



Sonnenspray

Körperpartien: Torso, Arme, Beine
Geeignet für: normale & trockene Haut
Vorteil: schnelles, gleichmäßiges Auftragen, kein Verreiben notwendig
Auftragsmenge: 5 – 6 Sprühstöße pro Zone

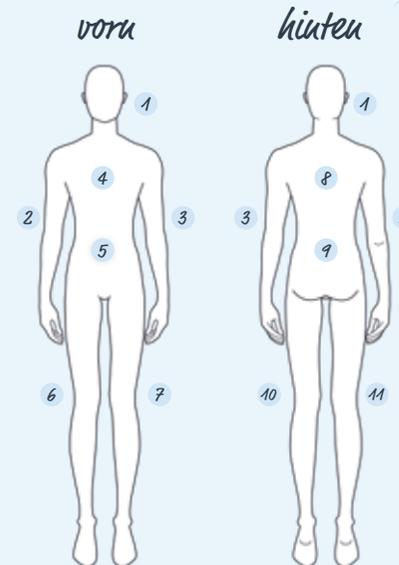
Avène® Sensitive Sonnenspray LSF 50+
 200 ml



Sonnenfluid

Körperpartien: Torso, Arme, Beine
Geeignet für: normale & Mischhaut
Vorteil: hautfreundlich, leicht aufzutragen
Auftragsmenge: ca. 6 Esslöffel für den ganzen Körper

Avène® Sensitive Sonnenfluid LSF 50+
 50 ml



SONNENSCHUTZ AUFTRAGEN

Um auch alle Körperstellen ausreichend einzucremen, wird der Körper zunächst in Zonen aufgeteilt:

- 1 Gesicht/Kopf
- 2 + 3 Arme
- 4 Brust
- 5 Bauch/Unterleib
- 6 + 7 Beine
- 8 Oberer Rücken
- 9 Unterer Rücken/Po
- 10 + 11 Beine

Wie viel Sonnenschutz aufgetragen werden muss, hängt von der jeweiligen Darreichungsform ab.

Schon gewusst?

Tragen Sie den Sonnenschutz regelmäßig neu auf! Sonnencreme und Co. immer dick auftragen und einziehen lassen, anstatt sie zu verreiben. Nur so ist optimaler Schutz gewährleistet!

Sonnenschutz kinderleicht!

Kinderhaut vergisst keinen Sonnenbrand. Deshalb brauchen Kinder besonders wirksamen Sonnenschutz. Mit dem richtigen Sonnenschutz und unseren kinderleichten Tipps können auch Kinder das sonnige Wetter in vollen Zügen genießen.

Der richtige Sonnenschutz

unter
3 Jahren



MINERALISCHER SONNENSCHUTZ

Verwenden Sie für kleine Kinder am besten einen mineralischen Sonnenschutz. Dieser kommt ohne Chemie aus und eignet sich daher besonders gut für empfindliche Kinderhaut. Mineralische Filter reflektieren das Sonnenlicht auf der Haut und bieten so idealen Sonnenschutz.

- + immer verträglich
- + lösen keine allergischen Reaktionen aus
- schwer zu entfernende, weiße Rückstände auf der Haut

Avène® Sonnenmilch LSF 50+ Mineralisch 2010
100 ml

ab
3 Jahren



CHEMISCHER SONNENSCHUTZ

Für Kinder ab 3 Jahren können auch Produkte mit chemischen Filtern verwendet werden. Hier fungieren organische Verbindungen als Filter und wandeln die UV-Strahlen auf der Haut z.B. in Wärme um.

- + schnelles Einziehen der Substanzen in die Haut
- + Rückstände leicht von der Hautoberfläche entfernbar
- nicht immer verträglich

Fragen Sie bei Unsicherheiten einfach Ihren Kinderarzt oder Apotheker.

La Roche Posay Anthelios Dermo-Kids Milch LSF 50+
250 ml

5 kinderleichte Tipps für die Sonne



Spiel im Schatten!

Dann ist die Sonnenstrahlung nicht so stark.



Bedecke deinen Körper gut!

Lange, luftige Kleidung fühlt sich auch im Sommer gut an. Schütze deinen Kopf am besten mit einem Sonnenhut.



Tu deinen Augen etwas Gutes!

Schnee, Sand oder Wasser reflektieren Sonnenstrahlen stark. Schütze deine Augen und setze eine coole Sonnenbrille auf!



Trink viel Wasser!

So trocknet dein Körper auch bei hohen Temperaturen nicht aus. Bei großer Hitze steigt dein Flüssigkeitsbedarf natürlich an!

| Alter | 1 Jahr | 2-3 Jahre | 4-6 Jahre | 10 Jahre |
|-------------|--------|-----------|-----------|----------|
| Flüssigkeit | 600 ml | 700 ml | 800 ml | 1000 ml |



Creme dich von oben bis unten ein!

Am besten alle zwei Stunden. Deine Eltern helfen dir dabei.

Schon gewusst?

Wichtig: Beim Eincremen auch an Nase, Ohren und Füße denken!

Achtung vor einer Sonnenallergie!

Durch übermäßige UV-Bestrahlung kann eine **Sonnenallergie** ausgelöst werden. Streng genommen handelt es sich hierbei nicht um eine Allergie, sondern um eine Hauterkrankung. Die Haut rötet sich, beginnt stark zu jucken und wirft Blasen. Betroffen sind meist Gesicht, Arme und Dekolleté. Durch ausreichenden Sonnenschutz und die Auswahl der passenden Präparate kann man die Haut vor einer solchen Überreaktion schützen.



Sonne und Medikamente

Wer sich gerne sonnt, aber gleichzeitig Medikamente einnehmen oder Salben auftragen muss, sollte vorsichtig sein. Manche Arzneien entwickeln in Verbindung mit Sonnenlicht unangenehme Nebenwirkungen. Schon nach einem sehr kurzen Sonnenbad können Hautreizungen wie Blasen oder starke Rötungen auftreten.

Bei einer Hautirritation durch Sonne zusammen mit Medikamenten passiert eine phototoxische Reaktion (PTR) oder eine photoallergische Reaktion (PAR).

PHOTOTOXISCHE REAKTION (PTR)

Bei der phototoxischen Reaktion nehmen Moleküle die Sonnenenergie auf und schädigen damit die Hautzellen.

Symptome:

- Rötung, Schwellung der Haut
- Bildung von Blasen
- Hyperpigmentierung nach Akutphase

PHOTOALLERGISCHE REAKTION (PAR)

Bei der photoallergischen Reaktion entstehen durch Sonneneinstrahlung Antigene, die das Immunsystem aktivieren.

Symptome:

- Hautrötungen
- Knötchen
- manchmal Bläschenbildung



Achtung Wechselwirkungen!

DAS SOLLTEN SIE WISSEN:

Es gibt eine Reihe Medikamente und kosmetische Produkte, die in Verbindung mit der Sonne die Haut reizen können. Schützen Sie Ihre Haut daher besonders gut durch Kleidung und Sonnencreme mit hohem Lichtschutzfaktor.



Antibiotika

Vor allem Medikamente aus der Gruppe der Tetracycline (z. B. Doxycyclin) und Gruppe der Gyrasehemmer (z. B. Ciprofloxacin): Einsatz zur Behandlung von Atemwegserkrankungen, Infektionen des Urogenitaltrakts, Infektionen des Magen-Darm-Traktes, Borreliose und anderen durch Bakterien verursachte Erkrankungen.



Weitere Medikamente

Auch Medikamente, die bei Rheuma, Diabetes und Herz-Kreislauf-Erkrankungen eingesetzt werden, sowie die Anti-Baby-Pille können in Verbindung mit Sonnenlicht Hautreaktionen hervorrufen. Es gilt: Beipackzettel und Anwendungshinweise genau lesen und den Apotheker des Vertrauens fragen!

Schon gewusst?

Manche Menschen leiden unter sogenannter Photosensibilität. Bereits bei geringer Lichtbestrahlung und ohne weitere Einflüsse entwickelt die überempfindliche Haut einen übermäßigen Sonnenbrand oder einen unangenehmen Ausschlag.



Pflanzliche Präparate

Selbst Naturheilmittel wie Johanniskraut können schuld daran sein, wenn die Haut nach dem Sonnenbad verrückt spielt. Auch hier gilt: Beipackzettel lesen!

WICHTIG: Bereits 10 Minuten Sonnenexposition können unter Einnahme von Johanniskraut Verbrennungen der Haut, z.T. Blasenbildung, hervorrufen.



Kosmetik

Make-up und einige Cremes können in Verbindung mit Sonne die Haut reizen. Diese Ausschläge sind meist harmloser als Hautirritationen durch Medikamente.