Verbraucherzentrale Südtirol
Centro Tutela Consumatori Utenti
Die Stimme der VerbraucherInnen
La voce dei consumatori

Verbraucherzentrale Südtirol

Zwölfmalgreiner Straße 2
39100 Bozen
Tel. 0471 975597
info@verbraucherzentrale.it

Sonnenschutz fürs Gesicht

Do, 27.06.2024 - 14:01

13 Sonnencremes im Test

Verbraucher:innen freuen sich mit den immer wärmer werdenden Temperaturen auf ihre Freizeit im Freien sowie auf den lang ersehnten Urlaub. Ob es sich um einen Ausflug ins Schwimmbad oder auf den Berg oder auch um Sport im Freien handelt - ein geeignetes Sonnenschutzmittel darf dabei sicher nicht fehlen. Doch wie schützen wir am besten unser Gesicht, welches besonders oft UV-Strahlen ausgestezt ist? Die Zeitschrift Konsument erklärt dies in ihrem Produkttest von 13 verschiedenen Sonnencremes für das Gesicht mit Lichtschutzfaktor SPF 50.

Wie schädlich ist UV-Strahlung?

Die ultraviolette Strahlung des Sonnenlichts wird je nach Wellenlänge in **UVA-, UVB- und UVC-Strahlen** unterteilt. **UVB-Strahlen** führen zu einer Bräunung der Haut und bei zu starker Exposition zu **Sonnenbrand**. Auch bewirken sie die Umwandlung von Hautzellen zu Tumorzellen. **UVA-Strahlen** dringen tief in die Haut ein. Sie bewirken zwar keinen akuten Sonnenbrand, schädigen aber die Haut langfristig durch die **Bildung von freien Radikalen**. Zu den Folgen zählen die vorzeitige Hautalterung und der gefürchtete Schwarze Hautkrebs (Malignes Melanom). Während die Atmosphäre rund 90 Prozent der UVB-Strahlung der Sonne abschirmt, gelangt die UVA-Strahlung fast vollständig zur Erdoberfläche.

Unser Gesicht besitzt nämlich eine dünne und daher sehr empfindliche Hautschicht, die nicht nur im Sommer sondern zu jeder Jahreszeit eines geeigneten Schutzes vor UV-Strahlung bedarf. Denn die Strahlung gefährdet unsere Gesundheit - viel mehr, als ein gewöhnlicher Sonnenbrand vermuten ließe. Nicht selten verursacht zu viel Sonne Hautausschläge, Juckreiz oder Bläschen; sie führt dabei auch zu

frühzeitiger Hautalterung und zur Verdickung der Epidermis sowie, in den schlimmsten Fällen, auch zum Erscheinen von Hautkrebs (malignes Melanom).

Unbedeckte Körperteile wie die Gesichtshaut sollten daher alle zwei Stunden mit einem Sonnenschutzmittel eingecremt werden. Für einen optimalen Schutz ist außerdem auf die aufgetragene Menge zu achten; trägt man zu wenig davon auf, geht dies zu Lasten des im Mittel enthaltenen Schutzfaktors. Diesbezüglich empfiehlt die Zeitschrift Konsument für Gesicht, Hals- und Nackenbereich insgesamt einen Teelöffel Sonnencreme und davon den halben Teelöffel nur für das Gesicht.

Was unterscheidet eine Sonnencreme für das Gesicht von einem Sonnenschutzmittel für den Körper?

Im Unterschied zu Sonnenschutzmitteln für den Körper beinhalten Gesichtssonnencremes kein Zinkoxid (ein gesundheitsbedenklicher UV-Blocker) und es sind weniger fetthaltige und klebrige Inhaltsstoffe enthalten; auch entstehen keine weißen Flecken wie bei klassischen Sonnencremes. Außerdem sind in den Gesichtsschutzcremes Hautpflegebestandteile vorhanden, wie feuchtigkeitsspendenden Wirkstoffen, Hyaluronsäure und Antioxidantien wie Vitamin E und C.

Was wurde im Test getestet

Im Produkttest der Zeitschrift Konsument wurden von 13 Gesichtssonnenschutzcremes mit 50 SPF auf die Einhaltung des beworbenen Lichtschutzfaktors, die Anwendung, die Umwelteigenschaften, die Deklaration der Verpackungen und die Werbeaussagen hin geprüft.

Was zeigen die Testergebnisse?

Sieben Mittel schnitten den Test mit „gut“ ab, da sie einen guten UV-Schutz sowie eine angenehme Anwendung bieten, und sie in Bezug auf Deklaration und Werbeaussagen in Ordnung waren. Ein Verbesserungspotential konnte bei den Umwelteigenschaften und den Verpackungen der meisten Testprodukten festgestellt werden. Die sieben Produkte, die den Test mit „gut“ abgeschnitten haben, sind:

- La Roche Posay „Anthelios uvmune 400 50+SPF“
- Derma „Face sun lotion 50 SPF“
- Avène „Fragrance-free cream 50+ - invisible finish“
- Eucerin "Hydro Protect Ultraleichtes Face Sun Fluid LSF 50+“
- Bioderma „Photoderm aquafluide 50+ SPF“
- Nivea Sun „Triple Protect ultraleichtes Fluid 50+“

- Nuxe Sun „Zartschmelzende Sonnencreme mit hohem Schutz LSF 50“

Fünf der getesteten Cremes haben hingegen den UV-Schutz nicht eingehalten. Der UVB-Schutz wurde bei den Mitteln von Piz Buin, Rituals, Lancaster sowie bei dem „UV Gesicht sensitiv Sonnenschutz LSF 50“ von Nivea nicht eingehalten. Bei der Creme Isidin wird hingegen der UVA-Schutz nicht eingehalten.

Das Produkt von Piz Buin (Hydro Infusion Sun Gel Cream Face 50 SPF) enthielt außerdem als Einziges im Test die **bedenklichen UV-Filter Homosalat und Octocrylen**. Diese Chemikalien gehören zu den potenziellen endokrinen Disruptoren, die sozusagen in den Hormonhaushalt eingreifen.

Kostenfrage

Diese speziellen Sonnenschutzmittel fürs Gesicht kosten deutlich mehr als die Cremes, die für den ganzen Körper bestimmt sind. Das günstigste „gute“ Produkt im Test ist die „Fragrance-free cream 50+“ von Avenè und kostet bereits 17,20 € pro 50 Milliliter.

Detailliertere Informationen zu den Testergebnissen vom Konsument sind online unter dem Link https://konsument.at/test/sonnencreme-gesicht-test-lsf-50 verfügbar.