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

Sonnenschutzmittel fürs Gesicht

Do, 05.06.2025 - 09:46

14 Sonnencremes im Test

Endlich steht der Sommer wieder vor der Tür und mit den immer wärmer werdenden Temperaturen freuen sich Verbraucher:innen auf mehr Zeit im Freien. Ob jung oder alt darf dabei ein geeignetes Sonnenschutzmittel nicht fehlen, hauptsächlich fürs Gesicht, welches besonders oft und für längere Zeit den UV-Strahlen ausgesetzt ist. Doch warum sollte ein Sonnenschutzmittel ein wichtiger Bestandteil unserer Gesichtspflege sein? Wie zuverlässig und sicher sind eigentlich diese Sonnencremes? Die Zeitschrift Stiftung Warentest erklärt dies in ihrem Produkttest von 14 verschiedenen Sonnencremes für das Gesicht mit Lichtschutzfaktor SPF 50 und 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).
Für einen optimalen Schutz ist auch auf die aufgetragene Menge zu achten; trägt man zu wenig davon auf, geht dies zu Lasten des im Mittel enthaltenen Schutzfaktors. „Nach der Pflegecreme kommt die Sonnencreme … Mindestens einen halben Teelöffel Creme fürs Gesicht, für Hals und Nacken sowie fürs Dekolleté“, empfiehlt die Zeitschrift Stiftung Warentest. Unbedeckte Körperteile wie die Gesichtshaut sollten außerdem alle zwei Stunden mit einem Sonnenschutzmittel eingecremt werden.

Was unterscheidet eine Sonnencreme für das Gesicht von einem Sonnenschutzmittel für den Körper?
Im Unterschied zu Sonnenschutzmitteln für den Körper sind bei Gesichtssonnencremes 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 Stiftung Warentest wurden von 14 Gesichtssonnenschutzcremes mit 50 und 50+ SPF auf die Einhaltung des beworbenen Lichtschutzfaktors, die Anwendung, den kritischen Weichmacher „Di-n-hexylphthalat (DnHexP entsteht durch dem UV-Filter „Diethylamino Hydroxybezoyl Hexyl Benzoate - DHHB“), Nutzungsfreundlichkeit, Deklaration und Werbeaussagen der Verpackungen hin geprüft.

Was zeigen die Testergebnisse?
Erfreulicherweise halten fast alle (12 von 14) der geprüften Produkte den jeweils angegebenen Sonnenschutzfaktor (SPF) ein und schützen zugleich angemessen vor UVA-Strahlung. UVA-Schutz muss laut Empfehlung der EU-Kommission mindestens ein Drittel des auf dem Produkt angegebenen SPF betragen (Mittel mit SPF 50 müssen daher einen UVA-Schutz von 17 aufweisen). Acht Mittel schnitten den Test insgesamt mit „gut“ ab. Nennenswert sind aber nur 6 davon, da sich inzwischen bei 2 Produkten die Rezeptur verändert hat und sie nicht mehr wie geprüft im Handel vorzufinden sind.

Die 6 besten Produkte im Test:

- Eucerin "Oil Control Face Sun Gel SPF 50+“ (Preis pro 50 ml ca. 22,45 €)
- Garnier Ambre Solaire „Super UV Sonnenschutzfluid mit Hyaloronsäure SPF 50+“ (Preis pro 50 ml ca. 16,24 €)
- dm „Sundance Med Ultra Sensitiv Sonnenfluid SPF 50+“ (Preis pro 50 ml ca. 5,25 €)

- V.Sun „Little Sunshine Sun Fluid SPF 50“ (Preis pro 50 ml ca. 21,58 €)
- La Roche Posay „Anthelios UVMune 400 SPF 50+“ (Preis pro 50 ml ca. 23,90 €)
- Medipharma Cosmetics „Sonne Schutz & Pflege Fluid SPF 50+“(Preis pro 50 ml ca. 19,99 €)

Zwei Mittel haben den Test negativ abgeschnitten
I+M Naturkosmetik Berlin und Junglück (das teuerste Produkt im Test mit 36 € pro 50 ml) haben den Test mit „mangelhaft“ abgeschnitten, da der effektive Lichtschutzfaktor deutlich unter den beworbenen SPF-Schutzwert lag, der UVA-Schutz wurde als unzureichend bewertet und es konnte der gesundheitsbedenkliche UV-Filter „Zinkoxid“ festgestellt werden.

Zehn der getesteten Cremes beinhalten hingegen den gesundheitsbedenklichen Stoff „Di-n-hexylphthalat (DnHexP)“. Ein Weichmacher, der laut seiner fortpflanzungsgefährdende Eigenschaften von der EU-Kosmetikverordnung verboten wurde. Das Bundesinstitut für Risikobewertung beurteilte die vorgefundene Konzentration in den Cremes jedoch als kein akutes Gesundheitsrisiko.

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 das „Sundance Sonnenfluid“ von dm und kostet 5,25 € pro 50 Milliliter.

Detailliertere Informationen zu den Testergebnissen sind in der April-Ausgaben der Zeitschrift Stiftung Warentest sowie online unter dem Link https://www.test.de/sonnencreme-fuers-gesicht-test-6120418-0/ verfügbar.