

1 Richtig oder falsch?
Sonnenlicht ist gut für die Gesundheit.



richtig

falsch

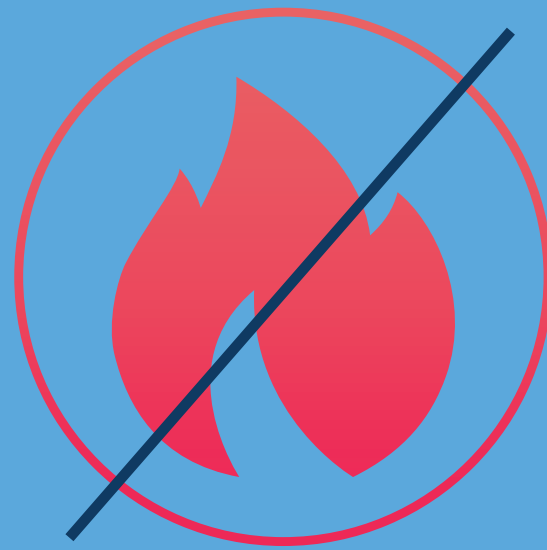
2 Richtig oder falsch?
Die Wintersonne in den Bergen ist ungefährlich.



richtig

falsch

3 Richtig oder falsch?
Wenn meine Haut nicht erhitzt ist, kann ich keinen Sonnenbrand erleiden.



richtig

falsch

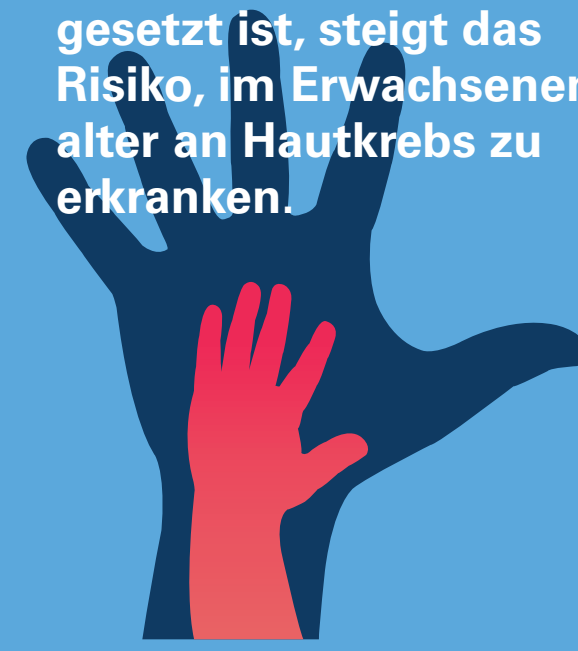
4 Richtig oder falsch?
Ein Melanom (schwarzer Hautkrebs) kann an einer x-beliebigen Hautstelle auftreten.



richtig

falsch

5 Richtig oder falsch?
Wenn man während der Kindheit und Jugend intensiv der Sonne ausgesetzt ist, steigt das Risiko, im Erwachsenenalter an Hautkrebs zu erkranken.



richtig

falsch

6 Richtig oder falsch?
Sonnencremen schützen wirksam vor Hautkrebs.



richtig

falsch

7 Richtig oder falsch?
Der UV-Schutz von Kleidung hängt von der Beschaffenheit des Textilgewebes ab.



richtig

falsch



**Möchtest du dein Wissen erweitern?
Abonniere unseren Newsletter.**

Ja, ich möchte den Newsletter der Krebsliga abonnieren.

Vorname / Name*

E-Mail-Adresse*

Strasse / Hausnummer

Postleitzahl / Ort

Geburtsdatum

Obligatorische Textfelder mit *

Mit deiner Anmeldung bist du damit einverstanden, dass die Krebsliga Schweiz die Daten zu Marketingzwecken verwendet. Deine Angaben werden vertraulich behandelt.

Antworten:

1 ✓

Sonnenlicht ist gut für die Gesundheit.

Die Sonne ist lebenswichtig. Ihr Licht und ihre Wärme tragen zu unserem Wohlbefinden bei. Wenn man die Sonne mit Mass geniesst, regt sie den Körper zur Produktion von Vitamin D an. Im Übermass schaden ihre UV-Strahlen der Haut. Sie beschleunigen die Hautalterung und verursachen Hautkrebs.

2 ✗

Die Wintersonne in den Bergen ist nicht ungefährlich.

Zwar ist die Sonnenstrahlung im Winter grundsätzlich weniger intensiv als im Sommer, aber aufgrund der Höhe und der Rückstrahlung durch den Schnee, der bis zu 90 Prozent der UV-Strahlen reflektiert, darf die Sonne im Winter nicht unterschätzt werden.

3 ✗

Auch wenn meine Haut nicht erhitzt ist, kann ich einen Sonnenbrand erleiden.

UV-Strahlen sind unsichtbar. Infrarotstrahlen sind verantwortlich für die Empfindung von Wärme auf der Haut, während UV-Strahlen Sonnenbrand verursachen. So kann man beispielsweise bei einem Bootsausflug ohne Weiteres einen Sonnenbrand erleiden, weil durch die Bewegung des Boots und den Wind das Wärme- oder Hitzeempfinden reduziert wird.

4 ✓

Ein Melanom (schwarzer Hautkrebs) kann an einer x-beliebigen Hautstelle auftreten.

Der schwarze Hautkrebs kann überall auftreten: also auch unter den Nägeln, an Händen und Füssen, auf der Kopfhaut, in den Augen sowie an den Schleimhäuten.

5 ✓

Wenn man während der Kindheit und Jugend intensiv der Sonne ausgesetzt ist, steigt das Risiko, im Erwachsenenalter an Hautkrebs zu erkranken.

Intensive Sonnenexposition kann einen Sonnenbrand verursachen. Deshalb muss man Kinder und Jugendliche besonders schützen. Ihre Haut ist noch nicht vollständig ausgereift und daher empfindlicher.

6 ✗

Auch Sonnencremen bieten nicht 100%-igen Schutz.

Sonnencremen schützen die Haut vor UV-Strahlen, sofern man sie richtig aufträgt. Allerdings reichen sie allein nicht aus. Sonnencremen sind deshalb kein Freipass für einen unbeschränkten Aufenthalt an der Sonne. Hält man sich an der Sonne auf, muss man sich mit Kleidern, Hut und Sonnenbrille schützen. Zwischen 11 und 15 Uhr sollte man sich im Schatten aufhalten. Er ist der beste Sonnenschutz.

7 ✓

Der UV-Schutz von Kleidung hängt von der Beschaffenheit des Textilgewebes ab.

Je dichter das Gewebe, desto besser schützt es vor der Sonne. Blickdichtes Gewebe schützt besser vor UV-Strahlung als transparente Stoffe. Zwischen 11 und 15 Uhr sollte man sich im Schatten aufhalten.

Krebsliga Schweiz
Effingerstrasse 40, Postfach, 3001 Bern,
Tel. 031 389 91 00, info@krebsliga.ch, www.krebsliga.ch

Dein Ergebnis:

Zwischen 0 und 3 Antworten richtig:

Dein Wissen über Mensch und Sonnenstrahlung kann noch verbessert werden. Hol dir Infos bei der Krebsliga oder bei weiteren Fachpersonen.

Zwischen 4 und 5 Antworten richtig:

Ganz gut ... Du weisst schon einiges über Mensch und Sonnenstrahlung.

Zwischen 6 und 7 Antworten richtig:

Super, du kennst das Wichtigste über Mensch und Sonnenstrahlung. Gib dein Wissen anderen weiter!



Sonnenschutz:



Schatten ist der beste Sonnenschutz.

Hol dir alles Wissenswerte rund um Sonnenschutz auf shop.krebsliga.ch

Die wichtigsten Tipps:

Zwischen 11 und 15 Uhr im Schatten bleiben!

Kleidung, Hut und Sonnenbrille tragen!



Nicht ins Solarium gehen!

Sonnenschutzmittel auftragen!

Deine regionale Krebsliga informiert, berät und unterstützt dich: www.krebsliga.ch

Teste dein Wissen über Mensch und Sonnenstrahlung!

RICHTIG ODER FALSCH?