



Vorschulkinder ausreichend vor Sonne schützen

Sonnenstrahlen locken Kinder nach draußen, um ihren Bewegungsdrang auszuleben. Somit halten sie sich im Durchschnitt mehr im Freien auf als Erwachsene. Dadurch sind Kinder in erhöhtem Maße Sonnenbestrahlungen ausgesetzt. Da die junge Haut empfindlich ist, muss sie ausreichend vor UV-Strahlung geschützt werden. Dieser Schutz kann durch Sonnencreme mit einem hohen Lichtschutzfaktor und entsprechender Kleidung gewährleistet werden. Für den richtigen Sonnenschutz tragen prinzipiell die Eltern die Verantwortung. Deshalb müssen sie ihre Kinder vor dem Besuch der Kindertagesstätte mit kindgerechter Sonnenschutzcreme versorgen. Zusätzlich sollten sie ihr Kind mit sonnendichten TShirts oder Hemden, Hosen und geschlossenen Schuhen kleiden. Weite Kleidungsstücke aus dicht gewebten Stoffen und dunklen Farben halten die Sonne besser ab. Verschiedene

Hersteller bieten mittlerweile Kleidung mit eingebautem Sonnenschutzfaktor an. Beim Kauf solcher Kleidung sollte auf den UV-Standard 801 geachtet werden. Nicht zu vergessen ist eine Kopfbedeckung. Am besten eignet sich ein breitkrempiger Hut, der Kopf, Gesicht, Nacken und sonnenempfindliche Ohren schützt. Individuelle Aufenthaltszeiten im Freien ergeben sich durch die unterschiedlichen Hauttypen, die eventuell ein Nachcremen verlangen. Ist es erforderlich, dass die Erzieherin nachcremt, sollten die Eltern schriftlich zustimmen und ein Sonnenschutzmittel in der Tube mitgeben. Somit können Kontaktallergien vermieden werden. Weiterhin sollte in der Zeit zwischen 11 und 15 Uhr der Aufenthalt in der Sonne gemieden werden. Ansonsten sind schattige Spielbereiche aufzusuchen oder Sonnenschirme bzw. Sonnensegel aufzustellen.