



SONNEN NEWS – 31. MÄRZ 2011

Vor-Bräunen – Sonnenschirm der Natur!

Eigentlich ist das ganz simpel: Im Frühjahr, wenn die Sonne höher steigt, müssen wir alle unsere Haut erst einmal wieder an die Sonnenstrahlen gewöhnen – kontrolliert und mit Vernunft, daher am besten auf der Sonnenbank. „Vorbräunen“ ist, wie wenn die Natur über jeder Hautzelle einen Sonnenschirm aufspannte.



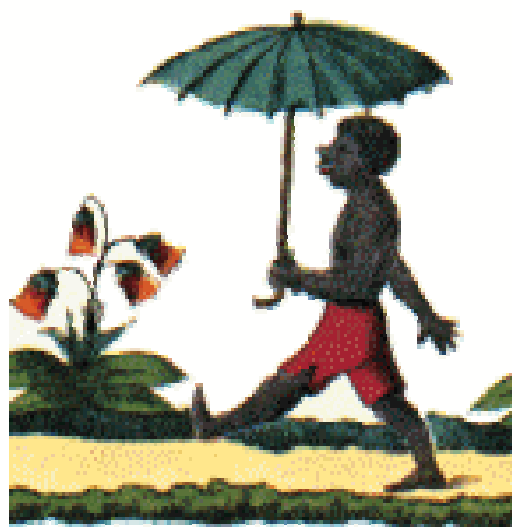
Hautbräune ist der „Sonnenschirm der Natur“

Manche Dermatologen und folgsame Medien laufen dagegen Sturm. Jeder Strahl der Frühlingssonne, jedes Vorbräunen auf der Sonnenbank ist ihnen ein Gräuel. Vorbräunen führe zu Hautschäden. Viel Sonnencreme, viel Kleidung, viel Schatten vom ersten Sonnenstrahl an, lautet das Rezept.

Ist Sonnenbräune wirklich ein Zeichen für eine Schädigung der Haut? Die Natur selbst gibt die Antwort: Der menschliche Körper reagiert mit der Pigmentierung auf die Sonnenstrahlen, um eine Überdosierung zu vermeiden. Ähnlich wie das Schwitzen, mit dem der Körper hohe Außentemperaturen ausgleicht, um die Körpertemperatur nicht übermäßig ansteigen zu lassen, ist die Bräunung nichts als ein körpereigener Schutzmechanismus.

Denn einerseits benötigt der menschliche Organismus Sonnenlicht, um eine ausreichende Versorgung mit Vitamin D sicherzustellen. Andererseits droht bei einer Überdosierung der Sonnenbrand. Die Bräunung ist die Lösung der Natur für dieses Problem. Sie dient gerade unseren Breiten der Anpassung an die je nach Jahreszeit oder Aufenthaltsort unterschiedliche Intensität der Sonnenstrahlung.

Sonnenbräune ist also ein Zeichen von Gesundheit! Der natürliche Schutz der Haut vor der stärker werdenden Sonne ist Zeichen vitaler Anpassung – und ein attraktiver dazu!



„... da nahm er seinen Sonnenschirm“ (Struwwelpeter)

Jetzt ist die Zeit für die natürlichen Sonnenschirme von der Sonnenbank!