

# Sonnenallergie

## Was ist das?

Eine abnorme entzündliche Reaktion der Haut auf UV-Strahlung. Allergieauslöser ist nicht Sonnenlicht, sondern verschiedene chemische oder pflanzliche Substanzen.

## Symptome

Rötung, starker Juckreiz, Bildung von Bläschen und Pusteln, nässende Hautdefekte und Krustenbildung

## Man unterscheidet 5 verschiedene Formen:

- ◆ **Polymorphe Lichtdermatose:** v.a. an der Außenseite der Oberarme und Dekolleté, selten auch im Gesicht

### *Behandlung:*

- Siehe Mallorca-Akne

- ◆ **Mallorca-Akne:** häufige Sonderform der Lichtdermatose, v.a. an Hals, Schultern und Dekolleté, ausgelöst durch fetthältige Kosmetika oder körpereigenen Talg in Kombination mit Schweiß, freie Radikale führen zur Entzündung, tritt meist erst einige Tage nach der Bestrahlung auf

### *Behandlung:*

- Vorbeugung mit Antioxidantien ( $\beta$ -Carotine 6 Wochen vor Sonnenexposition, Vitamin E)
- Fettfreie Sonnenschutzmittel und After-Sun-Produkte verwenden
- Hohe Calciumgaben
- Antihistaminika
- Evtl. Abhärtung („Licht-Hardening“) durch Solarium-Besuch

- ◆ **Phototoxische Reaktionen:** ausgelöst durch Kontakt mit Gräserpollen oder Bärenklau, Einnahme von Johanniskraut, Anwendung von Parfums

### *Behandlung:*

- Die auslösende Substanz möglichst meiden
- Kühlende Umschläge
- Antihistaminika
- Kortisonpräparate (rezeptpflichtig!)

- ◆ **Photoallergische Reaktionen:** ausgelöst z.B. durch Bestandteile von Waschmitteln, Kosmetika, Antibiotika oder Pflanzen (z.B. Sellerie, Zitrusfrüchte) führen zur allergischen Reaktion vom Soforttyp (Typ IV)

**Behandlung:**

- Kontakt mit dem Allergen möglichst vermeiden
- Kortisonpräparate (rezeptpflichtig!)

- ◆ **Lichturtikaria:** Ausbildung von stark juckenden Quaddeln wenige Minuten nach Bestrahlung, klingen nach einigen Stunden wieder ab

**Behandlung:**

- ◆ Expositionsprophylaxe

## Vorsicht!

Die Sonnenallergie wird auch durch Sonnenbestrahlung in verglasten Räumen ausgelöst (UVA-Strahlung)!

Daher möglichst bedeckende Kleidung **aus Baumwolle** (dichter gewebt als Kunstfaser) tragen!

## Allgemeine Tipps

- ◆ Der beste Schutz ist die **Meidung von direkter Sonnenbestrahlung**, vor allem in der Mittagszeit!
- ◆ Verwenden Sie immer einen **fettfreien Sonnenschutz** mit hohem Lichtschutzfaktor!
- ◆ Verwenden Sie **keine fetthältigen Kosmetika** wenn Sie sich der Sonnenbestrahlung aussetzen!
- ◆ Gewöhnen Sie die Haut **langsam** an die Sonnenbestrahlung!
- ◆ Verwenden Sie **keine Parfums** oder parfümhältige Kosmetika beim Aufenthalt in der Sonne!
- ◆ Sorgen Sie schon rechtzeitig vor Beginn der Sonnenbestrahlung für Schutz, beispielsweise durch Einnahme von **Carotinoiden** oder **Calcium!**