

03. April 2019

RADIOBEITRAG als Text

Sonnenlicht und Medikamente: Nicht immer eine gesunde Mischung

Anmoderation:

Sonnenlicht tut Körper und Seele gut. Wer allerdings Medikamente nimmt, sollte darauf achten, dass sie sich mit der Sonne vertragen. Denn manche Arzneimittel können zu Überempfindlichkeitsreaktionen führen. Mehr darüber von Kristin Sporbeck.

Länge: 2.17 Minuten

Text: Wer gerne in der Sonne badet, aber auch Medikamente nehmen muss, sollte noch mal einen Blick in den Beipackzettel werfen. Manche Arzneien vertragen sich nicht gut mit dem Sonnenlicht und machen die Haut lichtempfindlicher, wie Tobias Lindner erklärt. Er ist Apotheker im AOK-Bundesverband.

Tobias Lindner:

Zwei Reaktionen werden unterschieden: die phototoxische und die photoallergische. Die phototoxische Reaktion ist viel häufiger. Meist zeigen diese sich gleich nach dem ersten Sonnenbad. Betroffen sind dann nur die Körperstellen, die man ungeschützt der Sonne ausgesetzt hat. Die Photoallergie tritt deutlich seltener auf. Diese Nebenwirkungen zeigen sich meistens auch erst, nachdem man mehrmals in der Sonne war. Dann können auch Hautstellen betroffen sein, die man nicht unmittelbar der Sonne ausgesetzt hat.

Text: Die Symptome ähneln denen eines Sonnenbrandes. Die Haut wird rot, brennt und juckt und es können sich Blasen oder Pusteln bilden.

Tobias Lindner:

Bei leichteren Reaktionen helfen kühlende Lotionen. Sind die Beschwerden stärker sollten Betroffene mit dem Arzt klären, was sich am besten zur Behandlung eignet. Auf jeden Fall gilt bei akuten Reaktionen: Sofort raus aus der Sonne! Hat man die Vermutung, dass es sich um eine Photosensibilisierung durch ein Medikament handelt, sollte man das mit seinem Arzt abklären. Möglicherweise kann man das Medikament durch eines ersetzen, das man besser verträgt. Wenn das nicht geht, sollten Betroffene Sonnenbäder vermeiden und sich konsequent vor UV-Strahlung schützen.

Text: Vorbeugen kann man zum Beispiel, indem man die Mittagssonne meidet, genauso wie Solariumbesuche. Weitere Tipps hat Apotheker Lindner:

Tobias Lindner:

Zum Beispiel sollte man Medikamente mit kurzer Wirkdauer möglichst abends nehmen. Aktivitäten im Freien legt man besser in die Morgen- oder Abendstunden. Den besten Sonnenschutz erreicht man mit Kleidung – je dichter gewebt, desto besser. Bei einem Sonnenschutzmittel sollte der Lichtschutzfaktor hoch sein, das heißt 30 und mehr. Dabei sollte es auch ausreichend vor UV-A-Strahlung schützen, da sie in erster Linie die Überempfindlichkeitsreaktionen auslösen und das auch schon durch einfaches Fensterglas. Das heißt: auch bei längeren Autofahrten oder im Büro brauchen Betroffene Schutz vor dem Sonnenlicht.