

# Hautarztpraxis

Dr. Ulrich Speer 

## **Facharzt für Dermatologie**

Allergologie, Venenleiden, ambulante Operationen, Laserbehandlungen, ambulante Bädertherapie, Röntgenweichstrahltherapie, onkologisch verantwortlicher Arzt

## Merkblatt:

polymorphe Lichtdermatose  
(Sonnenallergien)

## Hautarztpraxis

Dr. Ulrich Speer 

### Sprechzeiten (nach Vereinbarung):

Mo: 8.00 -17.00 Uhr

Di: 10.30 - 18.30 Uhr

Mi: 8.00 - 13.00

Do: 10.00 - 13.00 und 14.00 - 19.00 Uhr

Fr: 8.00 - 14.00 Uhr

Dr. Ulrich Speer

Georgstrasse 15

88214 Ravensburg

Fon 07 51-35 44 53-0

Fax 07 51-35 44 53-2

[www.hautarzt-rv.de](http://www.hautarzt-rv.de)

[info@hautarzt-rv.de](mailto:info@hautarzt-rv.de)

## Merkblatt:

### polymorphe Lichtdermatose (Sonnenallergien)

Bei der polymorphen Lichtdermatose, die allgemein als Sonnenallergie bezeichnet wird, handelt es sich um eine Überreaktion der Haut, insbesondere in den ersten Sonnenwochen des Jahres. Häufig ist dies als allergische Reaktion der Haut zu bewerten, die jedoch gerne auch in Zusammenwirken mit Lichtschutzpräparaten auftritt. Eine Heilung der polymorphen Lichtdermatose gibt es nicht, wir empfehlen Ihnen hiermit einige Verhaltensmaßregeln die es Ihnen leichter machen mit dieser Erkrankung umzugehen.

Unter ärztlicher Betreuung und Aufsicht kann vor der sonnenreichen Saison eine spezielle Vorbestrahlungstherapie vorgenommen werden, die es Ihnen zusätzlich deutlich erleichtert in die Sonnenmonate hinein zu gehen. Sprechen Sie uns an!

## Propyhlaxe und Therapie:

- 1.** Meiden der Sonne in Deutschland, aber auch verstärkt in Urlaubsgebieten, zwischen 11 und 15 Uhr.
- 2.** Meiden von vermehrter Sonnenexposition in der Freizeit und in den Ferien.
- 3.** Langsame Gewöhnung der nicht regelmäßigen UV-exponierten Hautareale an die Sonne
- 4.** Meiden von Solarien, Vorsicht bei UV-Therapie wegen z.B. Psoriasis oder atopischem Ekzem.
- 5.** Lange, die Ohren bedeckende Haare
- 6.** Lange Hosen und langärmelige Kleidung (dunkel, dicht gewebt, z. B. Jeans), breitkrempige Hüte, Lederhandschuhe. UV-undurchlässige Kleidung mit UV-Schutzfaktor.
- 7.** Sonnenschutzpräparate, unparfümierte Sonnenschutzmittel ohne chem. UV - Filter (z.B. Microsun od. Daylong (Fa.Excipial) mit hohem Lichtschutzfaktor.
- 8.** Abhärtungsbestrahlungen mit UVB-Strahlen (311nm Wellenlänge) ca. 6 Wochen vor starker Sonneneinstrahlung (z.B. Urlaub).
- 9.** Systemischer UV-Schutz, wie z. B. Beta-Caroten, Calcium, merSol Tbl.
- 10.** Einnahme von nicht-sedierenden Antihistaminika (z. B. Ceterizin) prophylaktisch und therapeutisch.
- 11.** Unsere spezielle Empfehlung Thalgo-Lichtschutz-Kapseln, die im Hautzentrum erhältlich sind.