

# Was tun bei einer Sonnenallergie?

VON DR. MED. OLIVER PH. KREYDEN

Viele waren bereits in den Sommerferien, einigen steht die schöne Ferienzeit noch bevor. Durch die häufig regnerische Wetterlage bei uns und den immer attraktiveren Reiseangeboten zieht es uns alle an die schöne südliche Sonne. Wir alle träumen von weissen Sandstränden, Sonnenuntergängen und davon, endlich einmal entspannt zu bräunen.

Doch nicht alle können sich derart freuen. Die so genannte Sonnenallergie kann vornehmlich unseren Mitbürgerinnen schon einmal den Urlaub vergällen. Da die Hautveränderungen immer nach starker Sonnenbestrahlung vornehmlich an den nicht Sonnen-gewöhnten Körperstellen wie Oberarm- und Schulterpartie oder Dekolletee, seltener im Bereiche des Rückens oder untere Extremitäten auftreten, hat sich der Ausdruck «Sonnenallergie» etabliert, wobei diese Hauterkrankung nichts mit einer eigentlichen Allergie zu tun hat.

Medizinisch richtig ausgedrückt, handelt es sich dabei um die so genannte polymorphe Lichtdermatose (PLD). Die meist weiblichen Betroffenen klagen nach einer Latenz von zwei bis drei Tagen über heftigen Juckreiz verbunden mit den verschiedensten Hautveränderungen von kleinen Papeln bis zu Knoten oder häufig Bläschen, jeweils auf entzündlicher, nicht selten geschwollener Haut. Die Beschwerden können so heftig sein, dass noch im Ferienort medizinischer Rat nötig ist. In diesem akuten Stadium muss die Der-

matose mit Juckreiz stillenden Medikamenten (Antihistaminika) sowie kortisonhaltigen Crèmen behandelt werden. Bei schwerer Symptomatik muss zuweilen auch Kortison in Tablettenform geschluckt werden. Die Sonne ist für den Rest der Ferien tabu.

Es gibt eine Reihe anderer Hauterkrankungen, die sich wie eine PLD manifestieren. Neben dem Lupus erythematoses (LE) sind hier die erythropoetische



Protoporphyrin (EPP) oder aber die Lichturtikaria zu nennen. Typisch für eine PLD ist das Abklingen der Hauterkrankungen nach wenigen Tagen Sonnenkarenz, im Gegensatz zum LE, der erst nach einer Karenz von einigen Wochen nach Sonnenexposition auftritt und danach viel länger andauert. Als Faustregel kann gesagt werden, dass man die PLD in den Ferien lässt, währenddem man den LE aus den Ferien mitbringt.

Ist einmal die Diagnose einer PLD gestellt, so müssen in erster Linie prophylaktische Massnahmen eingeleitet werden. In erster Linie sind Sonnenschutzmassnahmen zu nennen. Am besten eignet sich natürlich die Abdeckung durch Textilien, wobei dunkle Farben besser vor der UV-Strahlung schützen als helle, welche vielfach nur einen Lichtschutzfaktor (LSF) von vier besitzen. Es sind aber auch bereits Textilien mit einem de-

klarierten LSF erhältlich. Ganz neu sind Weichspüler, welcher einen schützenden Film mit aktivem UV-Filter die Textilfasern umgeben.

Die nicht Textil bedeckte Haut sollte mit einem wasserresistenten Sonnenschutz eingestrichen werden. So sind Sonnencremes mit Liposomen zu empfehlen, damit der Sonnenschutz optimal in die Haut eindringen kann. Solange die Sonnencreme eine halbe Stunde vor Sonnenexposition und je nach Hauttyp alle zwei bis vier Stunden eingestrichen wird, reicht ein LSF von 15 bis 25 bei weitem aus. Die speziell zur PLD neigenden Hautareale sollten mit einem Sonnenschutz mit starkem UVA-Schutz behandelt werden. Hierbei stehen mehrere chemische Produkte oder aber (kosmetisch weniger empfehlenswerte) physikalische Crèmen wie Zinkoxid zur Verfügung.

Zusätzlich kann eine interne Fotoprotektion mittels Beta-caroten (3x2 Kapseln) vier Wochen vor Ferienbeginn bis zum Abschluss der Ferien eingenommen werden. Gute Erfolge werden ferner mit dem so genannten «Hardening» erreicht werden. Dabei wird die Haut vier bis sechs Wochen vor Ferienbeginn dreimal wöchentlich mit einem speziellen UVB-Schmalspektrum behandelt, damit sich der Körper an die UV-Strahlen gewöhnen kann beziehungsweise «abgehärtet» wird. Da die PLD übrigens bei weitaus mehr als 90 Prozent durch die UVA-Strahlung bedingt ist, nützt ein vorgängiger Solariumbesuch bei den wenigsten Patienten etwas, da diese Einrichtungen ebenfalls mit UVA-Lampen ausgerüstet sind.