

gepflegte bräune ohne risiko

Sommer, Sonne, Sonnenbrand. Gebräunte Haut ist für viele Menschen ein Schönheitsideal, gleichbedeutend mit den Attributen schön, gesund und erfolgreich. Wer aber ohne «Bränner» braun werden möchte, muss die Zeit an der Sonne dosieren und sich grosszügig eincremen. Oder gleich ganz aufs intensive Sonnenbad verzichten. Denn die Hautärzte sind sich einig: Besser falsche Bräune als verbrannte Haut und Faltenwurf.

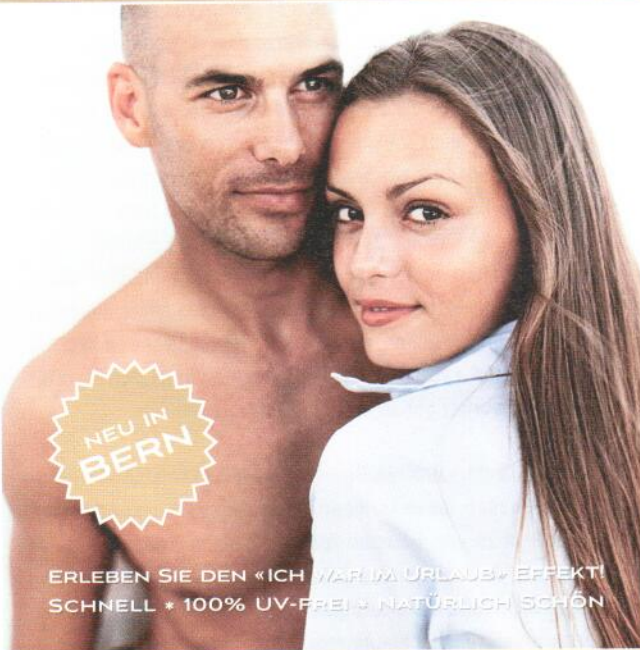
In der westlichen Welt wird gut gebräunte Haut mit den Attributen schön, gesund und erfolgreich gleichgesetzt, was uns Menschen oft zu einem übermässigen Sonnenkonsum mit allen damit verbundenen gesundheitlichen Risiken (Hautalterung, Hautkrebsrisiko, Augenschäden) verleitet. Dermatologen schlagen deshalb Alarm: Das Hautkrebsrisiko von Menschen um die 35 liegt so hoch wie nie zuvor. Der Hauptgrund ist Unvernunft. Wie lange die Haut den UV-Strahlen widersteht, hängt in erster Linie vom Hauttyp ab, dabei gilt: Je heller der Hautton, desto kürzer muss die Zeit in der Sonne, umso höher der

Lichtschutzfaktor der Sonnencreme ausfallen. Letztere kann – nicht zu sparsam aufgetragen – aber diese Zeit nur verlängern, nicht endlos ausdehnen. Im Schatten bräunt man zwar nicht so schnell, dafür aber lang anhaltender und vor allem gesünder. Besondere Gefahren bergen regel- und übermässige Solariumbesuche: Aus Erkenntnissen von neun weltweit durchgeführten Studien zum Thema Hautkrebs ist die aus Besuchen auf der Sonnenbank resultierende Krebsgefahr – besonders auch bei Jugendlichen – noch weitaus höher als bisher angenommen. Also: Bräune ja, Falten und Gesundheitsrisiken nein? Mittlerweile gibt es Alternativen zum stundenlangen «Harcourt-Sünnele» im Marzili.

Inserat


SPRAY-TANNING

HIGHTECH-BRÄUNUNGSDUSCHE



NEU IN
BERN

ERLEBEN SIE DEN «ICH WAR IM URLAUB» EFFEKT
SCHNELL * 100% UV-FREI * NATÜRLICH SCHÖN



TANNING LOUNGE
 WALDEGGSTRASSE 47
 3097 BERN-LIEBEFELD
 031 971 30 00 • 079 917 30 00
 WWW.TANNING-LOUNGE.CH

Selbstbräuner

Die Bräunungsmittel für sommerfrischen Teint auf die Schnelle gibt es in verschiedenen Konsistenzen, ausserdem kann zwischen verschiedenen Bräunungsintensitäten gewählt werden. Heute sorgen Hightechinhaltsstoffe bei richtiger Anwendung für eine gleichmässige Bräune. Wer sich vor enttäuschenden Resultaten schützen möchte, sollte sich aber genau an die jeweilige Gebrauchsanweisung halten und findet das richtige Produkt im Internet-Test.

Bräunungsdusche

Bräunungsduschen sind zurzeit die wohl sicherste Art und Weise, um möglichst schnell und ohne Risiko gleichmässig braun zu werden. Sogar auf eine sehr helle Haut, die sich sonst an der Sonne bloss rötet, zaubert das Tanning-System tatsächlich in nur wenigen Minuten eine streifenfreie goldene Bräune, die bis zu sieben Tage hält.

In Bern gibt es vorerst nur ein professionelles Spray-Tanning Studio mit einer Hightechbräunungsdusche. Die «Tanning Lounge» von Jeanneffer N. Bürki im Liebefeld bietet für den ganzen Körper, nur Beine oder Gesicht und Dekolleté zwei Bräunungsvarianten an: Mit der farblosen Lotion «Clear» ist die Bräunung nach zwei Stunden sichtbar und verstärkt sich sukzessive während den folgenden sechs Stunden. Wem auch das noch zu lange dauert, weil sie oder er knackig braun zum Rendez-vous oder zur Hochzeit will, wählt das Produkt «Bronze» mit Make-up, dessen Ergebnis sofort sichtbar ist. Weitere Informationen unter www.tanning-lounge.ch

Fazit: Lieber öfter mal cremen, sprühen oder aufduschen, statt stundenlang an der Sonne zu brutzeln. Ihrem grössten Organ zuliebe.