

Klimakrise: UV-Schutz wird immer wichtiger

Bericht: Bundesamt für Strahlenschutz

Wetter-Extreme gehören zu den spürbaren Folgen der Klimakrise. Der März 2022 belegte nach Angaben des Deutschen Wetterdienstes mit über 200 Sonnenstunden einen historischen Spitzenplatz. Aufgrund der Klimakrise hat sich in den letzten Jahren die Bewölkungssituation über Deutschland so verändert, dass die Anzahl an Sonnenscheinstunden pro Jahr im Mittel steigt.

Die Klimakrise beeinflusst so auch die UV-Strahlung. Mehr Sonnenscheinstunden bedeuten einen längeren Zeitraum, in dem UV-Strahlung ungehindert die Erdoberfläche erreichen kann. Das zeigen etwa Auswertungen der Daten des deutschlandweiten UV-Messnetzes mit der Zentrale beim Bundesamt für Strahlenschutz (BfS): In Jahren mit hoher Sonnenscheindauer ist auch die jährliche Summe der gemessenen UV-Bestrahlungsstärken sehr hoch. In Jahren mit sehr viel Sonnenschein, wie etwa in 2003 und 2018, lag diese Summe deutlich über dem 20-jährigen Mittel.

Mit Blick auf die gesundheitlichen Konsequenzen muss dem Schutz vor UV-Strahlung ein neuer Stellenwert eingeräumt werden: „Die Klimakrise verstärkt das Risiko für UV-bedingte Gesundheitsschäden für uns alle, auch für Hautkrebserkrankungen. Daher ist es jetzt wichtiger denn je, das Thema Sonnenschutz nachhaltig im Alltag zu verankern“, sagt die Präsidentin des Bundesamtes für Strahlenschutz, Inge Paulini.

Das erfordert ein Umdenken: „Nach wie vor wird Sonnenschutz oft nur mit hohen Temperaturen in den Sommermonaten in Verbindung gebracht. Dabei werden sonnenbrandwirksame UV-Index-Werte in Deutschland bereits im Frühjahr erreicht“, sagt Paulini. „Ein Sonnenbrand ist immer zu vermeiden - UV-Schutz hat das ganze Jahr Saison.“

UV-Prognosen des BfS für Bürgerinnen und Bürger

Das BfS rät deshalb, schon früh im Jahr auf den UV-Index zu achten. Der Index gibt die erwarteten Tagesspitzenwerte der sonnenbrandwirksamen UV-Strahlung an. Ab einem UV-Index 3 werden UV-Schutzmaßnahmen empfohlen.

Seit mittlerweile zehn Jahren bietet das Bundesamt für Strahlenschutz Bürgerinnen und Bürgern unter anderem einen UV-Newsletter mit Prognosen zur UV-Situation an. Abonnenten des Newsletters werden von April bis September immer montags, mittwochs und freitags über UV-Index-Werte in Deutschland informiert. Der Newsletter enthält für insgesamt zehn Vorhersagegebiete eine Drei-Tages-Vorhersage für den UV-Index. Zusätzlich finden Bürgerinnen und Bürger auf der BfS-Internetseite ganzjährig tagesaktuelle Informationen über den UV-Index im Tagesverlauf an den derzeit 33 UV-Messstationen des UV-Messnetzes.

Der Newsletter, der anfangs vor allem von Medienvertretern genutzt wurde, hat heute eine deutlich größere Verbreitung. Auch Menschen, die sich beruflich viel im Freien aufhalten, und Schulen und Kindergärten nutzen den Infoservice. „Kinder sind empfindlicher gegenüber UV-Strahlung als Erwachsene. Sie brauchen Unterstützung, um im Alltag ausreichend geschützt zu sein. Lehrkräfte sowie Erzieher und Erzieherinnen tragen mit Nutzung des UV-Index wesentlich dazu bei, für Kinder und Jugendliche das Risiko UV-bedingter Gesundheitsschäden einschließlich Hautkrebserkrankungen zu verringern“, sagt BfS-Präsidentin Paulini.

So schütze ich mich vor UV-Strahlung

Ab einem UV-Index 3 ist Schutz erforderlich, ab einem UV-Index 8 ist Schutz absolut notwendig. Den besten UV-Schutz gewährleisten verschiedene Maßnahmen in folgender Reihenfolge:

- Starke Sonne meiden
- hautbedeckende Kleidung anziehen
- Sonnencreme verwenden
- Augen schützen

Bis zu einem UV-Index 7 sollte man vor allem um die Mittagszeit Schatten aufsuchen. Draußen sind Kleidung, Schuhe und Kopfbedeckung die einfachsten Möglichkeiten für einen wirkungsvollen UV-Schutz. Alle unbedeckten Hautflächen sollten großzügig und wiederholt mit einem Lichtschutzfaktor von mindestens 20 für Erwachsene und mindestens 30 für Kinder eingecremt werden. Die Augen schützt am besten eine am Gesicht gut anliegende Sonnenbrille, deren Gläser UV-Strahlung bis 400 Nanometer (Kennzeichnung UV 400) filtern.

6.4.2022
Bundesamt für Strahlenschutz
www.bfs.de