



Risiko Hautkrebs - doch warum wollen alle braun werden?

Nichts ist so spannend und bewegt den Menschen so sehr wie sein eigenes Verhalten und das seiner Mitmenschen. IMAGE greift gemeinsam mit Dr. med. Willi Martmöller, Facharzt für Allgemeinmedizin, Psychotherapie (Tiefenpsychologie) in der Serie „Wie tickt der Mensch“ spannende Fragen auf und stellt verblüffende Antworten aus der Psychologie vor.

Ärzte schlagen schon lange Alarm. In der Sonne braten ist schädlich für die Haut und erhöht das Risiko, an Hautkrebs zu erkranken. Doch braun werden wollen trotzdem alle. Warum eigentlich? „Weil wir in einer braunen Haut ein Zeichen von Vitalität und Gesundheit sehen, von Lebensfreude und das mit positiven Gedanken verbinden. Sonne in Maßen regt den Blutkreislauf an, lässt Vitamin D entstehen und verringert die Anfälligkeit von Infektionen. Ein Zuviel hingegen lässt die Haut altern, verursacht Sonnenbrand, fördert die Degeneration des Bindegewebes und kann zu Hautkrebs führen. Braune Haut bedeutet: Der Körper hat seinen Eigenschutz mobilisiert, hat die Hornhaut verdickt, damit sie das nicht violette Licht besser absorbiert, und hat die horizontalen Blutgefäße erweitert, damit auch sie Licht schlucken und so die Gefahr vermindern. Zugleich steigt das Melanin, ein Hautpigment, hilfreich aus tieferen Gewe-



mit Dr. med.
Willi Martmöller

Schönheitsideal braun oder blass?

Ausschlaggebend für unsere Hautfarbe ist der Melanin-Anteil. Dieser ist genetisch bedingt, die Pigmentierung kann aber zum Beispiel durch Sonneneinstrahlung verstärkt werden. Verantwortlich für die Pigmentbildung sind Melanozyten genannte Hautzellen. Die daraus resultierende Bräune dient als Eigenschutz vor der UV-Strahlung. Der Wunsch nach Bräune ist groß. Leute reiben sich mit Öl ein, verzichten auf Sonnenschutz, legen sich in die pralle Mittagssonne oder nehmen bräunungsintensivierende Medikamente ein – alles für den Teint: Sogenannte Tan Lines, also hellere Abdrücke auf der Haut von Bikini oder Badeanzug, werden stolz auf Social Media gepostet, um die neu gewonnene Bräune zu feiern. Demgegenüber gibt es in Asien und Afrika das Ideal der blassen Haut: Frauen tragen Schirme, Sonnenhüte oder greifen auf teilweise gefährliche Bleichmittel zurück, um ihre Haut aufzuhellen.

Früher galt bei auch bei uns blasser Haut als nobel und war ein Symbol der gehobenen Gesellschaft. Denn nur arme Leute arbeiteten draußen auf dem Feld in der Sonne und hatten deswegen einen viel dunkleren Teint.

beschichten empor. Dieser natürliche Schutz wirkt verschieden lange und hängt ab vom Einfallswinkel der Sonnenstrahlen, von der Jahreszeit, von der Reinheit der Luft, der Höhe über dem Meeresspiegel und von der Pigmentierung von Auge, Haar und Haut. Dunkeläugige sind am besten geschützt, Hellhäutige weitaus gefährdeter, und am meisten müssen sich blauäugige Hellhaarige hüten. Höchste Sonnenbrandgefahr herrscht bei Nebel und Kälte im Hochgebirge; denn der Nebel verstärkt das UV-Licht 170fach, indem es reflektiert wird. Am gefährlichsten ist freilich der Sonnengrill im Hochgebirge, für den der Mitteleuropäer von Natur aus nicht ausgerüstet ist. Ob man es hören will oder nicht: Eine echte Bräunung der Haut führt immer zu einer Zellerstörung“, erklärt Dr. Willi Martmöller. Schönheitsideal braune Haut: wer braun ist, muss sich nicht fragen lassen, ob er krank ist.

„Das war nicht immer so. Es gab auch Zeiten, in denen die vornehme Blässe gefragt war und ein Schönheitsideal darstellte. War übrigens auch nicht gesund, wenn man den Aufenthalt in der Sonne komplett mied - siehe Vitamin D. Der Hype um die Bräune jedenfalls ist aus ärztlicher Sicht nicht nachvollziehbar - auch nicht mit Sonnenschutz.“

anja