

# Hauttypen

Informationen für die Lehrperson



1/4

<p>Arbeitsauftrag</p> 	<p>Die SuS befassen sich mit den verschiedenen Hauttypen und bestimmen ihren eigenen Hauttyp.</p> <p>Sie gehen verschiedenen Behauptungen und Fragen durch eine Recherche auf den Grund.</p>
<p>Ziel</p> 	<p>Die SuS sind in der Lage, den notwendigen Schutz für die Haut zu erkennen und anzuwenden.</p>
<p>Material</p> 	<p>Arbeitsblatt Tablet / Laptop für Recherche</p>
<p>Sozialform</p> 	<p>EA / PA</p>
<p>Zeit</p> 	<p>45'</p>

Zusätzliche Informationen/Ideen:

- Die SuS können den Hauttyp zu Hause mit den Eltern und den Geschwistern bestimmen.

# Hauttypen

Arbeitsmaterial



2/4

## Welcher Hauttyp ist wer?

### Aufgabe 1:

Versuche anhand der Tabelle herauszufinden, welcher Hauttyp zu welchem Foto passt.  
Kannst du auch deinen eigenen Hauttyp bestimmen?

## Die Hauttypen



A



B



C



D



E



F

<b>Hauttyp 1</b>	<b>Hauttyp</b>	Sehr helle, empfindliche Haut, rotblondes Haar, Sommersprossen, helle Augen
	<b>Sonnenreaktion</b>	Rasche Hautrötung, aber keine Bräunung
	<b>Ohne Schutz</b>	ca. 10 Min.
<b>Hauttyp 2</b>	<b>Hauttyp</b>	Helle, empfindliche Haut, helles Haar, oft Sommersprossen, helle Augen
	<b>Sonnenreaktion</b>	Rasche Hautrötung, aber nur langsame Bräunung
	<b>Ohne Schutz</b>	10–20 Min.
<b>Hauttyp 3</b>	<b>Hauttyp</b>	Mittelhelle Haut, braunes Haar, helle oder dunkle Augen
	<b>Sonnenreaktion</b>	Gefahr eines Sonnenbrands, aber eher einfache und langsame Bräunung
	<b>Ohne Schutz</b>	ca. 30 Min.
<b>Hauttyp 4</b>	<b>Hauttyp</b>	Bräunliche, weniger empfindliche Haut, dunkelbraunes oder schwarzes Haar, dunkle Augen
	<b>Sonnenreaktion</b>	Selten Sonnenbrand, rasche und tiefe Bräunung
	<b>Ohne Schutz</b>	ca. 45 Min.
<b>Hauttyp 5</b>	<b>Hauttyp</b>	Dunkle, weniger empfindliche Haut, schwarzes Haar, dunkle Augen
	<b>Sonnenreaktion</b>	Sehr selten Sonnenbrand
	<b>Ohne Schutz</b>	ca. 90 Min.
<b>Hauttyp 6</b>	<b>Hauttyp</b>	Sehr dunkle und wenig empfindliche Haut, schwarzes Haar, dunkle Augen
	<b>Sonnenreaktion</b>	Auch die sehr dunkle Haut kann einen Sonnenbrand bekommen!
	<b>Ohne Schutz</b>	ca. 90 Min.

# Hauttypen

Arbeitsmaterial



3/4

## Aufgabe 2:

Was findest du zu den untenstehenden Fragen und Behauptungen raus? Suche im Internet nach Antworten und schreibe diese in Stichworten auf die Linien.

**Behauptung:** Je dunkler die Haut, desto weniger Sonnenschutz muss man verwenden.

---



---

**Behauptung:** Vorgebräunte Haut ist besser gegen UV-Strahlen geschützt.

---



---

Stimmt es, dass Menschen ihren eigenen **Hauttyp** meist zu niedrig einschätzen?

---



---

Was beeinflusst die **Stärke** der UV-Strahlen? Wo ist es besonders gefährlich, lange an der Sonne zu sein?

---



---



---

## Link-Tipps

Krebsliga Schweiz: Sonnenschutz für Kinder

<https://www.krebsliga.ch/ueber-krebs/praevention/vor-der-sonne-schuetzen/sonnenschutz-fuer-kinder>

Bundesamt für Gesundheit BAG: Sonnenschutz

[https://www.bag.admin.ch/bag/de/home/gesund-leben/umwelt-und-gesundheit/strahlung-radioaktivitaet-schall/elektromagnetische-felder-emf-uv-laser-licht/sonne\\_uv-strahlung/sonnenschutz.html](https://www.bag.admin.ch/bag/de/home/gesund-leben/umwelt-und-gesundheit/strahlung-radioaktivitaet-schall/elektromagnetische-felder-emf-uv-laser-licht/sonne_uv-strahlung/sonnenschutz.html)

Bundesamt für Gesundheit BAG: Sonnenstrahlung

[https://www.bag.admin.ch/bag/de/home/gesund-leben/umwelt-und-gesundheit/strahlung-radioaktivitaet-schall/elektromagnetische-felder-emf-uv-laser-licht/sonne\\_uv-strahlung/sonnenstrahlung.html](https://www.bag.admin.ch/bag/de/home/gesund-leben/umwelt-und-gesundheit/strahlung-radioaktivitaet-schall/elektromagnetische-felder-emf-uv-laser-licht/sonne_uv-strahlung/sonnenstrahlung.html)

Quarks.de: Sonnenschutz – Was sind Fakten, was ist Fiktion?

<https://www.quarks.de/gesundheit/medizin/sonnenschutz-was-sind-fakten-was-ist-fiktion/>

# Hauttypen

Lösungsvorschlag



4/4

## Aufgabe 1



A = Typ 5



B = Typ 3



C = Typ 2



D = Typ 6



E = Typ 4



F = Typ 1

## Aufgabe 2

**Behauptung:** Je dunkler die Haut, desto weniger Sonnenschutz muss man verwenden.

*Falsch, zwar haben dunkle Hauttypen eine längere Eigenschutzzeit, auch sie können jedoch einen Sonnenbrand bekommen. Zudem müssen insbesondere Augen (mit einer Sonnenbrille) und hellere Hautpartien geschützt werden.*

**Behauptung:** Vorgebräunte Haut ist besser gegen UV-Strahlen geschützt.

*Stimmt, allerdings nicht so stark wie oft angenommen. Durch das während der Bräunung produzierte Melanin legt sich die Haut einen Schutzschild zu, dieser ist allerdings nicht sehr stark. Bei Menschen mit Hauttyp I bis III entspricht der Schutz durch die Eigenbräune etwa einer Sonnencreme mit **Lichtschutzfaktor 1,5**. Menschen mit dunklem Hauttyp IV können durch ein Vorbräunen nur einen maximalen Lichtschutzfaktor-Schutz von 2 erreichen. Daher gelten alle Sonnenschutzempfehlungen auch für gebräunte Menschen.*

Stimmt es, dass Menschen ihren eigenen **Hauttyp** meist zu niedrig einschätzen?

*Nein, viele Menschen schätzen ihren Hauttyp als zu dunkel ein. In einer Umfrage der Krebsliga von 2008 waren es rund 1/4 aller Befragten.*

Was beeinflusst die **Stärke** der UV-Strahlen? Wo ist es besonders gefährlich, lange an der Sonne zu sein?

*Einflussfaktoren: Tageszeit, Höhe, Bewölkung, Breitengrad, Reflexion (Wasser, Schnee), Atmosphäre und Ozonschicht (Sonnenstand), Aerosole in der Luft (Luftschadstoffe können die Strahlung streuen und abschwächen)*