

ÖGK Gesundheitsbarometer Sonnenschutz: Worauf Sie im Sommer achten sollten

Im Sommer verbringen die meisten Menschen ihre Freizeit draußen, dabei spielt der richtige Sonnenschutz oft eine untergeordnete Rolle. Die Österreichische Gesundheitskasse (ÖGK) widmet sich daher im aktuellen Gesundheitsbarometer genau diesem Thema und den möglichen gesundheitlichen Folgen. ÖGK-Generaldirektor Bernhard Wurzer erklärt: „Ob beim Wandern, Radfahren oder Baden, die sommerliche Hitze und starkes Sonnenlicht können zu hohen körperlichen Belastungen führen und die Gesundheit gefährden, daher ist richtiger Sonnenschutz essentiell“.

Achtung Hitze

In Österreich gibt es immer mehr Hitzetage. Im Sommer 2021 wurden bundesweit durchschnittlich 18 Tage mit über 30 Grad Celsius gemessen. In Wien, Graz und Eisenstadt waren es sogar 24 Hitzetage. Auch der Sommer 2022 startet heiß: so gab es im Juni je nach Bundesland bereits zwischen fünf und zwölf Hitzetage.

„Allein 2021 mussten in Österreich 2.566 Menschen wegen Akutfolgen durch Hitze oder intensive Sonneneinstrahlung ärztlich behandelt werden. Hitzebelastung und -erschöpfung werden oft unterschätzt,“ betont Wurzer. Erkrankungen wie Sonnenstiche, Sonnenbrände oder Sonnenallergien, können langfristige Auswirkungen haben. 9 von 10 Personen, die wegen Hitzebelastungen in ärztlicher Behandlung waren, hatten einen Sonnenstich, also eine Hirnhautentzündung, die durch längere, intensive Sonneneinstrahlung entstehen. Die häufigsten Symptome sind starke Kopfschmerzen, Fieber, Erbrechen und Nackensteifigkeit.

Zur Vorbeugung gegen Sonnenstiche sollte bei starker Sonne stets eine Kopfbedeckung getragen werden. Zudem sollte an heißen Tagen auf eine erhöhte Flüssigkeitsaufnahme und regelmäßige Abkühlungen geachtet werden.

Regelmäßig Muttermale kontrollieren

In den letzten zwei Jahren wurden insgesamt 2.462 Personen mit Hautkrebs diagnostiziert. Die mit Abstand häufigsten Hautkrebsdiagnosen gab es in Österreich 2021 und 2022 mit 1.154 Patientinnen und Patienten in der Altersgruppe zwischen 50 und 59 Jahren. Darauf folgen die 40- bis 49-Jährigen mit 585 Hautkrebsdiagnosen. Von den 2.462 Diagnosen handelte es sich bei knapp 52 Prozent der Patientinnen und Patienten um schwarzen Hautkrebs (Malignes Melanom) – also bösartige

11. Juli 2022

Presseaussendung



Melanome. Rund 48 Prozent der Personen hatten weißen Hautkrebs. Weiße Hautkrebsarten metastasieren zwar seltener, können aber ebenfalls schwerwiegende gesundheitliche Folgen haben. Die Heilungschancen bei Hautkrebs sind bei Früherkennung hoch. Die Österreichische Gesundheitskasse empfiehlt, zweimal jährlich eine Selbstuntersuchung durchzuführen.

„Auffällige oder neue Muttermale sollten in jedem Fall bei der Hautärztin bzw. dem Hautarzt untersucht werden und auch regelmäßige Kontrollen sind wichtig,“ unterstreicht Wurzer.

UV-Strahlen führen oft unbemerkt zu Hautschäden und sind Hauptrisikofaktor für Hautkrebs. Sonnencremes sind das wirksamste Mittel zur Vorbeugung und sollten mindestens ein Lichtschutzfaktor von 30 aufweisen. Die Creme sollte außerdem im Verhältnis 1:3 vor UV-A- und UV-B-Strahlen schützen.

Rückfragehinweis:

Österreichische Gesundheitskasse
Mag.^a Viktoria Frieser
presse@oegk.at
www.gesundheitskasse.at