

TEST Sonnenschutzmittel

Drei günstige Testsieger

Viele Sonnenschutzmittel erfüllen ihre Aufgabe sehr gut bis gut. Doch auch heuer fiel in unserem Test wieder ein Produkt durch, weil es beim Schutz vor UVA-Strahlung versagte.

Die wichtigste Aufgabe von Sonnenschutzmitteln ist, dass sie uns vor UVA- und UVB-Strahlung schützen. Ultraviolettstrahlung ist zwar wichtig für unsere Gesundheit, weil sie die Vitamin-D-Synthese unserer Haut anregt, aber sie wird rasch zur Gefahr, wenn wir zu viel davon abbekommen. Die langwellige UVA-Strahlung dringt tief in die Epidermis ein, lässt die Haut altern, verursacht Hautirritationen und fördert die Entstehung von Hautkrebs. Ein Zuviel an UVB-Strahlung ist für den Sonnenbrand verantwortlich und fördert ebenfalls Hautkrebs. In unserem aktuellen Test, einer Koproduktion mit der Stiftung Warentest, haben wir 17 Sonnenschutzmittel mit Lichtschutzfaktor 30 bis 50 unter die Lupe genommen. Neben dem UV-Schutz haben wir auch überprüft, wie gut die Produkte die Haut mit Feuchtigkeit anreichern, ob sie sich gut anwenden lassen und ob Beschriftung und Verpackung in Ordnung sind. Wie üblich testeten wir auch, ob die Mittel so gut kon-

serviert sind, dass sie nicht binnen kürzester Zeit nach dem Öffnen verderben. Darüber hinaus warfen wir erstmals auch ein kritisches Auge auf die synthetischen Duftstoffe, die manche Hersteller ihren Produkten zusetzen. Unter diesen Substanzen gibt es nämlich einige, die als gesundheitsschädlich gelten bzw. als Allergieauslöser berüchtigt sind.

Vier Produkte sehr gut

Mit vier Mitteln zeigten sich unsere Tester rundum zufrieden. Die Cien Sonnenmilch Classic von Lidl, die Sunkiss Sonnenmilch von Spar, die Today Sonnenmilch von Penny/Rewe und der Sundance Sonnenspray von dm überzeugten sowohl den UV-Schutz als auch die Feuchtigkeitsanreicherung der Haut betreffend. Alle erhielten eine insgesamt sehr gute Bewertung. Zwölf weitere, meist hochpreisige Produkte schützen zwar auch sehr gut vor UV-Strahlung,

schwächeln allerdings teilweise ein wenig bei der Feuchtigkeitsanreicherung der Haut.

Lyral und Lilial

Ein Sonderfall ist der Sun Beauty Oil-Free Spray von Lancaster. Dieses Produkt hätte an sich gar nicht so schlecht abgeschnitten, hätten wir nicht Lylial und Lyral darin gefunden. HICC (Hydroxyisohexyl 3-Cyclohexene

UV-Strahlung

Unter Ultraviolettstrahlung versteht man elektromagnetische Wellen mit einer Wellenlänge von bis zu 400 Nanometern (nm). Sie setzt sich aus UVA- (320 bis 400 nm), UVB- (280 bis 320 nm) und UVC-Strahlung (unter 280 nm) zusammen.

UVA-Strahlung kann die Epidermis durchdringen und bis zur darunter befindlichen Lederhaut gelangen. Dort kann sie die Kollagene schädigen. Die Haut verliert an Spannkraft und altert frühzeitig. Durch die Bildung freier Radikale besteht zudem ein hohes Melanomrisiko. Die kürzeren **UVB-Wellen** (Wellenlänge 280 bis 320 nm) bewirken eine langfristige Bräunung der Oberhaut. Auch sie können in tiefere Hautschichten eindringen. UVB-Strahlung ist für die Bildung von Vitamin D notwendig. Zu viel UVB-Strahlung verursacht allerdings Sonnenbrand.

UVC-Strahlung ist die energiereichste und gefährlichste UV-Strahlung. Sie dringt jedoch kaum auf die Erde, weil sie in der Ozonschicht der Atmosphäre fast vollständig herausgefiltert wird. Geeignete Sonnenschutzmittel enthalten UVA/UVB-Breitbandfilter, die die UV-Strahlung absorbieren, streuen oder reflektieren. Je länger wir uns in der Sonne aufhalten, desto höher sollten UVA- und UVB-Schutz und dementsprechend der verwendete Lichtschutzfaktor (LSF) sein. Ebenfalls eine Rolle spielt dabei der Hauttyp.

Der UVA-Schutz sollte mindestens ein Drittel des Lichtschutzfaktors betragen. Nur Sonnenschutzprodukte, die diese Vorgabe erfüllen, dürfen das UVA-Symbol tragen. Der UVB-Filter im Sonnenschutzmittel schützt vor Sonnenbrand.



Illustration: Stiftung Warentest

Achtung Sonnenbrand. Ohren, Füße und Nacken werden beim Eincremen oft vernachlässigt.



Carboxaldehyde), auch Lylal genannt, löst vergleichsweise häufig Allergien aus. Produkte, die Lylal enthalten, dürfen deshalb nur noch bis Sommer 2021 verkauft werden. Wir bewerten es bereits jetzt als negativ, wenn ein Produkt noch HICC enthält. Der Duftstoff Lilial (Butylphenyl Methylpropional, BMHCA) kann laut dem wissenschaftlichen Ausschuss für Verbrauchersicherheit der EU (SCCS) derzeit nicht als sicher eingestuft werden. Im Lancaster-Produkt fanden wir eine Konzentration von 117 Milligramm pro Kilogramm. Da kein sicherer Wert benannt werden kann, bewerten wir den Einsatz ebenfalls als negativ. Über Lilial und Lylal haben wir in unseren letzten Kosmetikttests bereits ausführlicher informiert (Körperlotionen in KONSUMENT 6/2018, Haarshampoos 5/2018, Anti-Schuppen-Shampoos 12/2017).

Kein UVA-Schutz

Die Sunmilk Sensitive von Eco ist als Sonnenschutzmittel ungeeignet, da sie keinen Schutz gegen UVA-Strahlung bietet. Im Fall von Eco stellten wir das nicht zum ersten Mal fest. Bereits im Test 2015 fiel die Sonnenlotion für sensible Haut dieses Herstellers aufgrund des mangelhaften UVA-Schutzes durch. Eco hatte damals unsere Testmethode als „ungeeignet“ und als „preiswerten Massentest“ zu diskreditieren versucht. Bemängelt wurde,

Lush

Der Sunblock Fester Sonnenschutz von Lush stellt eine Besonderheit dar. Er soll für UV-Schutz sorgen, wenn man ihn unter der Dusche anwendet. Mit den anderen Sonnenschutzmitteln lässt sich dieses Produkt nicht vergleichen. Getestet haben wir allerdings, inwieweit der Sunblock den ausgelobten UV-Schutz einhält. Leider kassierte das Produkt hier ein „nicht zufriedenstellend“. Besonders bitter ist, dass Lush auf seiner deutschsprachigen Homepage eine scheinbar begeisterte Nutzerin schwärmen lässt: „Super super! Das ist ein echt tolles Produkt! Verwende es auch für meine Kinder ...“ Wir können keineswegs dazu raten, den Sunblock als UV-Schutz zu verwenden, insbesondere nicht für sensible Kinderhaut. Im Produkt von Lush findet sich zudem der UV-Filter Ethylhexyl Methoxycinnamate. Er steht im Verdacht, durch seine hormonelle Wirksamkeit wichtige Entwicklungsprozesse zu stören (Informationen dazu finden Sie unter vki.at/hormoninfo).



dass wir den UVA-Schutz auf Kunststoffplättchen statt auf menschlicher Haut ermittelten hatten. Dabei entspricht das von uns angewendete Verfahren seit Langem der international gültigen Norm.

Das Eco-Produkt ist zudem nicht ausreichend konserviert. Hefe und Schimmelpilze, die nach dem Öffnen in die Tube gelangen, können in der Creme überleben und sich weiter vermehren. Damit könnte das Produkt auch seine Schutzwirkung einbüßen.

Duftstoffe

Einige Produkte fielen uns auf, weil darin nicht mit dem Zusatz von Duftstoffen gespart wird. Im Spray Solaire Lacté von Biotherm haben wir nicht unbeträchtliche Konzentrationen von Linalool und Limonen gefunden. Linalool ist ein Alkohol und verströmt einen blumigen Duft. Die Substanz kann auf Haut und Augen reizend wirken sowie Allergien auslösen. Ähnliches gilt für den in einigen Pflanzen vorkommenden Duftstoff Limonen.

Im Biotherm-Produkt wurde auch noch Citronellol zugesetzt. Citronellol wirkt reizend und ist umweltgefährdend, ein Zusatz muss deklariert werden. Auch Nivea und Penny/Rewe sowie der Naturkosmetikhersteller Weleda setzen die Duftstoffe Linalool und Limonen ein. Weleda verwendet zusätzlich Geraniol und Citral, beides ebenfalls allergene Substanzen. Dass es auch anders geht, zeigen Yves Rocher, Avène Eau Thermale, La Roche-Posay, Piz Buin, Vichy, Eucerin und Ladival. In diesen Produkten haben wir keine der deklarationspflichtigen Duftstoffe nachweisen können. Im Spar-Produkt Sunkiss fanden wir nur sehr geringe Konzentrationen von Citral.

Nachcremen

Fast alle Anbieter bewerben ihre Produkte als wasserfest. Beim Baden oder wenn man Sport betreibt und stark schwitzt, kann ein Teil des UV-Schutzes verloren gehen. „Wasserfestigkeit“ ist laut internationaler Norm bereits dann gegeben, wenn nach dem Baden nur noch die Hälfte des Produktes auf der Haut verbleibt. Wir erachten es als zu riskant, sich darauf zu verlassen, dass der Schutz dann noch besteht. Aus Sicherheitsgründen raten wir deshalb dazu, sich nach dem Baden oder Duschen wieder einzucremen und auch über den Tag hinweg immer wieder nachzucremen.

MEHR ZUM THEMA

Die Testkriterien finden registrierte Abonnenten unter www.sonnenschutzmittel072018.



Testergebnisse Sonnenschutzmittel

bei gleicher Punktezahl Reihung nach Preis/100 ml in €

Abbildungsnummer	Anbieter	Bezeichnung	Inhalt in ml	Preis/100 ml in €	Mittlerer Preis in €
1	Lidl Cien Sun	Sonnenmilch Classic ³⁾	250	1,52	3,79
2	Spar Sunkiss	Sonnenmilch	200	3,-	5,99
3	Penny und Rewe Today	Sonnenmilch ⁴⁾	300	3,20	9,59
4	dm Sundance	Sonnenspray ⁵⁾	200	2,98	5,95
5	Yves Rocher	Solaire Peau parfaite Sonnen-Milch-Spray	150	9,30	13,95
6	Avène Eau Thermale	Spray	200	10,95	21,90
7	La Roche-Posay	Anthelios XL Wet Skin Gel	250	11,18	27,95
8	Nivea Sun	Schutz & Pflege Sonnenmilch	200	6,50	13,-
9	Garnier Ambre Solaire	Sonnenschutz-Milch ⁶⁾	200	11,-	21,99
10	Piz Buin	Ultra Light Hydrating Sun Spray	200	5,98	11,95
11	Vichy	Idéal Soleil Sonnenspray mit Hyaluron	200	11,25	22,50
12	Weleda Sun	Edelweiß Sonnenmilch ⁷⁾	150	13,27	19,90
13	Eucerin	Sonnen Allergie Schutz Sun Creme-Gel	150	15,10	22,65
14	Ladival	Empfindliche Haut Sonnenschutz Lotion	200	7,95	15,90
15	Biotherm	Spray Solaire Lacté	200	11,-	21,99
16	Lancaster	Sun Beauty Oil-Free Milky Spray	150	22,66	33,99
17	Eco	Sunmilk Sensitive ⁵⁾¹⁰⁾	75	15,95	21,27

¹⁾ a = Titanium Dioxide, b = Butyl Methoxydibenzoylmethane, c = Octocrylene, d = Bis-Ethylhexyloxyphenol Methoxyphenyl Triazine, e = Ethylhexyl Salicylate, f = Homosalate, g = Diethylhexyl Butamido Triazone, h = Ethylhexyl Methoxycinnamate, i = Sodium Phenylbenzimidazole Sulfonate, j = Diethylamino Hydroxybenzoyl Hexyl Benzoate, k = Methylene Bis-Benzotriazolyl Tetramethylbutylphenol, l = Ethylhexyl Triazone, m = Drometrisole Trisiloxane, n = Terephthalylidene Dicamphor Sulfonic Acid, o = Phenylbenzimidazole Sulfonic Acid, p = Isoamyl p-Methoxycinnamate, q = Polysilicone-15, r = Zinc Oxide

²⁾ s = Phenoxyethanol, u = Benzoic Acid, x = Potassium Sorbate, z = Salicylic Acid ³⁾ hergestellt von Win Cosmetic

⁴⁾ hergestellt von Emil Kiessling ⁵⁾ laut Anbieter veganes Produkt ⁶⁾ laut Anbieter inzwischen Verpackungs-layout verändert ⁷⁾ Naturkosmetiksigel: NaTrue ⁸⁾ führt zur Abwertung ⁹⁾ Enthält HICC (Hydroxyisohexyl 3-Cyclohexene Carboxaldehyde, auch Lyril genannt): Der Stoff löst vergleichsweise häufig Allergien aus.

Produkte, die ihn enthalten, dürfen nur noch bis Sommer 2021 verkauft werden. Wir bewerten es als negativ, dass dieses Produkt noch HICC enthält. ¹⁰⁾ Naturkosmetiksigel: Ecocert ¹¹⁾ Konservierungsbelastungstest nicht bestanden

