

# Gereizte Kinderhaut im Sommer

## ***Mögliche Auslöser***

- Sonne und Hitze
- Chlor- oder Salzwasser
- Schweiß und Reibung
- Nasse Badebekleidung
- Sonnencreme oder Pflegeprodukte

## ***Das hilft***

- Haut mit klarem Wasser abspülen
- Vorsichtig trocken tupfen, nicht reiben
- Lockere Kleidung aus Baumwolle tragen
- Nasse Badesachen rasch wechseln
- Parfümfreie, rückfettende Pflege verwenden
- Gereizte Haut kühlen und vor Sonne schützen

## ***Vorbeugen***

- Mittagssonne zwischen 11 und 15 Uhr meiden
- Schatten, Sonnenhut und UV-Kleidung nutzen
- Kinder-Sonnencreme mit mindestens LSF 30, besser LSF 50
- Nach dem Baden erneut eincremen
- Ausreichend trinken

