

Hauttypbestimmung



BRÄUNUNGSCENTREN
Joachim Swientek

Verfahren zur Bestimmung des Hauttyps

Zur Festlegung maximaler Besonnungszeit ist die Kenntnis der individuellen und aktuellen UV-Empfindlichkeit der Haut erforderlich, die durch Bestimmungen des Hauttyps abgeschätzt werden. Wichtige Kriterien hierfür sind vor allem die Neigung der Haut zur Bildung eines UV-Erythems (Sonnenbrand) und zur Hautbräunung bei der ersten längeren UV-Bestrahlung der nicht vorbestrahlten Haut. Darüber hinaus können äußere Merkmale wie die Haut-, Haar- und Augenfarbe sowie die Anzahl von Sommersprossen Hinweise liefern.

Die folgenden 10 Fragen sind dazu geeignet, die Hauttypen I bis IV zu bestimmen. Die Hauttypen V und VI zeichnen sich durch eine wenig empfindliche braune bis dunkelbraune Haut, dunkle Augen und schwarzem Haar aus. Die Eigenschutzzeit der Haut liegt bei diesen Hauttypen bei 60 Min. und mehr. Eine detaillierte Hauttypenbestimmung für diese Hauttypen erübrigt sich. Die Fragen sind so genau wie möglich zu beantworten.

Datenschutzhinweis

Dieser Hinweis regelt die Erhebung, Verarbeitung und Nutzung der pers. Daten, wenn und soweit Sie mit diesen Hauttypbestimmungen anfallen. Wir handeln mit den Daten unter strengster Beachtung der gesetzlichen Vorgaben und den nachfolgenden Grundsätzen.

a. *Datenvermeidung und Datensparsamkeit:* Wir erheben so wenig wie möglich persönliche Daten zur Verarbeitung und Nutzung.

b. *Persönliche Daten und Einwilligung:* Soweit dies für die Begründung, Durchführung oder Beendigung eines vertraglichen oder vertragsähnlichen Kundenverhältnisses erforderlich ist, werden wir Ihre persönlichen Daten erheben, verarbeiten und nutzen.

Ihre persönlichen Daten werden nur zu dem in der Einwilligung erklärten Zweck und Umfang verwendet. Ihre Daten werden gemäß der in der UVSV vorgeschriebenen Frist mindestens 6 Monate aufbewahrt. Ihre Einwilligung können Sie jederzeit mit Wirkung für die Zukunft hier Vorort widerrufen. Nach Eingang des Widerrufs werden wir Ihre Daten löschen.

Ich habe den Datenschutzhinweis gelesen und willige ein. ☐

Ich habe alle Informationsmaterialien erhalten. ☐

Ich wünsche keine Beratung. ☐

Vor- und Nachname

Straße und Hausnummer

PLZ und Ort

Telefon

e-Mail

Datum und Unterschrift

KD-Nr.

Chipkartennummer

Zugangs-ID / User

Sie sind 18 Jahre oder älter? ☐ Ja ☐ Nein

1 Welchen Farbton weist Ihre unbestrahlte Haut auf?

- | | |
|------------------------------------|---|
| ☐ Rötlich | 1 |
| ☐ Weißlich | 2 |
| ☐ Leicht beige | 3 |
| ☐ Bräunlich | 4 |

2 Hat Ihre Haut Sommersprossen?

- | | |
|---|---|
| ☐ Ja, viele | 1 |
| ☐ Ja, einige | 2 |
| ☐ Ja, aber nur vereinzelt | 3 |
| ☐ Nein | 4 |

3 Wie reagiert Ihre Gesichtshaut auf die Sonne?

- | | |
|--|---|
| ☐ Sehr empfindlich, meist Hautspannen | 1 |
| ☐ Empfindlich, teilweise Hautspannen | 2 |
| ☐ Normal empfindlich, nur selten Hautspannen | 3 |
| ☐ Unempfindlich, ohne Hautspannen | 4 |

4 Wie lange können Sie sich im Frühsommer in DE am Mittag bei wolkenlosem Himmel in der Sonne aufhalten, ohne einen Sonnenbrand zu bekommen?

- | | |
|--|---|
| ☐ Weniger als 15 Minuten | 1 |
| ☐ Zwischen 15 und 25 Minuten | 2 |
| ☐ Zwischen 25 und 40 Minuten | 3 |
| ☐ Länger als 40 Minuten | 4 |

Bitte wenden ➞

Ihr Besonnungsplan

für eine gesunde Bräune



BRÄUNUNGSCENTREN
Joachim Swientek

www.uvs-braeunungscentren.de

Hauttypbestimmung

5 Wie reagiert Ihre Haut auf ein längeres Sonnenbad?

- Stets mit einem Sonnenbrand 1
- Meist mit einem Sonnenbrand 2
- Oftmals mit einem Sonnenbrand 3
- Selten oder nie mit einem Sonnenbrand 4

6 Wie wirkt sich bei Ihnen ein Sonnenbrand aus?

- Kräftige Rötung, teilweise schmerzhaft und Bläschenbildung, danach schälen der Haut 1
- Deutliche Rötung, danach schälen der Haut 2
- Rötung, danach schälen der Haut 3
- Selten oder nie Rötung und Schälen der Haut 4

7 Ist bei Ihnen nach einmaligem längeren Sonnenbad anschließend ein Bräunungseffekt zu erkennen?

- Nie 1
- Meist nicht 2
- Oftmals 3
- Meist 4

8 Wie entwickelt sich bei Ihnen die Hautbräunung nach wiederholtem Sonnenbad ?

- Kaum oder gar keine Bräunung 1
- Leichte Bräunung nach mehreren Sonnenbädern 2
- Fortschreitende, deutlicher werdende Bräunung 3
- Schnell einsetzende und tiefe Bräunung 4

9 Welche Angabe entspricht am ehesten Ihrer natürlichen Haarfarbe?

- Rot bis rötlich blond 1
- Hellblond bis blond 2
- Dunkelblond bis braun 3
- Dunkelbraun bis schwarz 4

10 Welche Farbe haben Ihre Augen?

- Hellblau, hellgrau oder hellgrün 1
- Blau, grau oder grün 2
- Hellbraun oder dunkelgrau 3
- Dunkelbraun 4

Summe aus Frage 1-10

: 10

Geschätzter Hauttyp: =

Einschätzung wurde vorgenommen von:

Empfohlene Dosierung für die Besonnung in Serie:

Bitte sprechen Sie uns nach jeder 10 Besonnung auf einen neuen Dosierungsplan und die Überprüfung Ihres Hauttyps an.

Hauttyp	1	2	3	4	5	6
Besonnung 1	5 Min 30 Sek	5 Min 30 Sek	5 Min 30 Sek	5 Min 30 Sek	5 Min 30 Sek	5 Min 30 Sek
Besonnung 2+3	5 Min 30 Sek	5 Min 30 Sek	8 Min	11 Min	13 Min 30 Sek	16 Min 30 Sek
Besonnung 4+5	5 Min 30 Sek	5 Min 30 Sek	11 Min	16 Min 30 Sek	22 Min	27 Min 30 Sek
Besonnung 6 bis 8	5 Min 30 Sek	5 Min 30 Sek	13 Min 30 Sek	19 Min	30 Min 30 Sek	33 Min
Besonnung 9+10	5 Min 30 Sek	5 Min 30 Sek	19 Min	25 Min	33 Min	33 Min

Die Fragen zur Hauttypbestimmung stammen aus der UVSV, veröffentlicht im Bundesgesetzblatt / Jahrgang 2011 / Teil I, Nr.37

Persönlicher Besonnungsplan für Frau/Herrn:

Sie sind Hauttyp:

Entsprechend Ihrem Hauttyp empfehlen wir Ihnen nebenstehende Besonnungsdauer.

Bitte sprechen Sie uns nach jeder 10 Besonnung auf einen neuen Dosierungsplan und die Überprüfung Ihres Hauttyps an.

Hauttyp	1	2	3	4	5	6
Besonnung 1	5 Min 30 Sek	5 Min 30 Sek	5 Min 30 Sek	5 Min 30 Sek	5 Min 30 Sek	5 Min 30 Sek
Besonnung 2+3	5 Min 30 Sek	5 Min 30 Sek	8 Min	11 Min	13 Min 30 Sek	16 Min 30 Sek
Besonnung 4+5	5 Min 30 Sek	5 Min 30 Sek	11 Min	16 Min 30 Sek	22 Min	27 Min 30 Sek
Besonnung 6 bis 8	5 Min 30 Sek	5 Min 30 Sek	13 Min 30 Sek	19 Min	30 Min 30 Sek	33 Min
Besonnung 9+10	5 Min 30 Sek	5 Min 30 Sek	19 Min	25 Min	33 Min	33 Min