



BEWAAR- EN SMEERTIPS

- Bewaar zonnebrandmiddelen altijd op kamertemperatuur in een gesloten verpakking.
- Wanneer het product vies ruikt of niet meer mengt na schudden, gooi het dan weg.
- Of je eerst dagcrème en daarna zonnebrandmiddel aanbrengt of andersom maakt voor de werking van beide producten niet uit.
- Wanneer je in de loop van de dag een hogere beschermingsfactor gebruikt dan aan het begin van de dag, wil dit niet zeggen dat je dan goed beschermd bent. Het lichaam kan een beperkte hoeveelheid uvb-stralen 'verwerken' voordat de huid verbrandt. Begin je met een (te) lage beschermingsfactor, dan is de grens van wat je lichaam aankan misschien al bereikt en kun je toch verbranden. De hogere beschermingsfactor helpt dan niet meer, omdat deze de uv-straling nooit 100% tegenhoudt.

Zonnebrandmiddel kan overwinteren

Veel mensen kopen aan het begin van de zomer een nieuw zonnebrandmiddel, maar nodig is dat niet. De Consumentenbond testte 4 producten van vorig jaar opnieuw en wat blijkt: ze beschermen nog steeds even goed.

Vorig jaar deed de Consumentenbond een uitgebreide zonnebrandmiddelen-test (zie de Consumentengids van juli/augustus 2008 of kijk op de website). Het middel Kruidvat Solait SunMilk SPF 15 kreeg het predikaat beste koop; niet alleen bood dit middel de beste bescherming, maar ook was het de goedkoopste. Biodermal Sun Protect Milk SPF 20 werd ook goed beoordeeld, maar kostte het drievoudige.

Op de plank

De toen gekochte middelen zijn de hele winter op kamertemperatuur bewaard en de beste koop en 3 willekeurig andere van de 10 werden op exact dezelfde manier opnieuw getest. De vraag was of ze nog even goed beschermen als vorig jaar.

Net als toen ging het in de test om de bescherming tegen uva- en uvb-straling. Het getal dat op de verpakking staat is de 'sun protection factor' (SPF) en geeft de mate van bescherming tegen uvb-straling weer. Wanneer je normaal gesproken na 10 minuten in de zon een reactie van je huid ziet of voelt, kun je met SPF 15 maar liefst 15 keer zo lang in de zon zitten zonder te verbranden, zo'n 2,5 uur dus. Maar zonnebrandmiddelen kunnen nooit volledige bescherming tegen de zon bieden. Huidbeschadiging door uvb-straling treedt direct op zodra er zonlicht op de huid komt, zelfs vóór de huid verkleurt. Huidbeschadiging (verbranden) kan huidkanker veroorzaken. Uva-straling werd in het verleden als minder gevaarlijk gezien; de straling zou

alleen tot huidveroudering (rimpels!) leiden, niet tot huidbeschadiging. Maar recente studies van de Wereldgezondheidsorganisatie wijzen toch op een verband tussen uva-straling en huidkanker. Daarom is volgens de aanbevelingen van de EU de fabrikant ook verplicht bescherming tegen uva-straling te bieden. Hoewel dat bij de producten van vorig jaar niet altijd op het etiket terug te vinden was, beschermden alle onderzochte zonnebrandmiddelen voldoende tegen uva-straling. De mate van bescherming tegen uva hangt samen met de SPF: hoe hoger deze is, des te beter is ook de bescherming tegen uva.

Opnieuw getest zijn Kruidvat Solait SunMilk SPF 15, Biodermal Sun Protect Milk SPF 20, Nivea Sun Verzorgende Zonnemelk SPF 20 en Garnier Ambre Solaire Clear Protect SPF 20. In de test werden minimale variaties in de SPF-waarde aangetroffen, met als conclusie dat er geen enkele reden is om de zonnebrandmiddelen van vorig jaar niet meer te gebruiken. Ze bieden nog steeds dezelfde uva- en uvb-bescherming. ■