

Im Winter geniessen wir es, wenn die Sonne wieder einmal scheint. Doch in den Bergen und mitten in Eis und Schnee darf der Sonnenschutz nicht vergessen werden.

# Sonnenschutz

## Wichtig auch im Winter

Mitten in Schnee und Eis spüren wir nicht, wenn die Sonne auf unsere Haut brennt. Oder wenn – dann ist es meist zu spät. Daher ist in den Bergen ein wirksamer Schutz vor schädlichen Sonnenstrahlen doppelt wichtig.

### Physikalische und chemische Filter

Als physikalische Filter wirken feinst verteilte natürliche Mikropigmente wie Titanoxid; sie reflektieren und absorbieren teilweise das Sonnenlicht. Chemische UVA- oder UVB-Filter fangen Licht einer bestimmten Wellenlänge ein und wandeln es in unschädliches Licht um. Da auch bei Sonnenschutzmitteln mit hohem Lichtschutzfaktor immer noch ein Teil der Strahlung in die Haut eindringen und die Zellen der tieferen Hautschichten schädigen kann, sind zusätzlich Stoffe nötig, um die Zellen zu schützen: Antioxidantien.

### Catechine als Radikalfänger

Antioxidantien vermögen freie Radikale zu neutralisieren – Substanzen, die lebenswichtige Bestandteile der Zelle angreifen können, und deren Bildung auch durch UV-Strahlen ausgelöst werden kann. Bekannte Antioxidantien sind die Vitamine A, C und E sowie

Selen und Zink. Auch Catechine, die Grundbausteine von Pflanzengerbstoffen, können als Antioxidantien wirken: Ein spezieller Pflanzenextrakt mit einem hohen Gehalt an Catechinen wirkte sogar 100-mal stärker antioxidativ als Vitamin C und 350-mal stärker als Vitamin E. Der Extrakt wirkte auch unterstützend auf das Reparatursystem der Hautzellen und zeigte einen antientzündlichen Effekt.

**Vista – Lesen Sie sich gesund.**  
[www.vistaonline.ch](http://www.vistaonline.ch)

### Antidry Sun SPF 30

*Antidry Sun, idealer Sonnen- und Hautschutz mit hohem Lichtschutzfaktor (SPF 30) und Aktiv-Zellschutz durch den Radikalfänger OM24.*



*Für Kinder geeignet, wasserresistent.  
In Apotheken, Drogerien und  
Arztpraxen erhältlich.*