



Foto: Johannes Dalhuijsen

Deel op FB 0

Tweet 5

g+1 0



wo 26 mrt 2014, 16:33

Beschermd de lentezon in

Er is zonnig weer voorspeld, dus de zonnebrandcrème kan weer uit de kast. Maar wanneer gebruik je welke factor? En wat zijn de nadelen van een geparfumeerde crème? Dr. Jetske Ultee, onderzoeksarts cosmetische dermatologie, gaf VROUW advies.

Terrasje of volle zon

"Als je niet langdurig in de zon komt dan raad ik je aan vanaf maart tot en met september voor dagelijks gebruik een factor 15 aan. Ga je bewust zonnen, dan adviseer ik minimaal een factor 30 te gebruiken. Het is wel heel belangrijk om goed te blijven smeren. Breng om de twee uur een goede laag aan op je huid. Zo werkt de zonnebrandcrème het beste."

Meer tips om je huid te beschermen tegen de zon

Acne

"Voor mensen met acne adviseer ik om geen water resistente zonnebrandcrème te gebruiken. Dit zijn namelijk erg vette zonnebrandcrèmes. Ga je toch zwemmen? Dan moet je je voor én na het zwemmen goed insmeren."

Gevoelige en vette huid

"Voor een gevoelige en vette huid kun je het beste factor 15 of 30 gebruiken. Bij een zonnebrandcrème met factor 50 is de kans groter dat de poriën verstopt raken en kan bovendien irritatie veroorzaken."

Feiten en fabels over zonnebrandcrème

Parfumvrij

"Koop altijd parfumvrije zonnebrandcrème. Parfum in de crème kan namelijk zorgen voor pigmentvlekken en overgevoeligheid."