

## Hauttypen-Tabelle

Hauttyp	I	II	III	IV
<b>Beschreibung</b>				
Haut	sehr hell	hell	hell bis hellbraun, frisch	hellbraun, oliv
Sommersprossen	häufig	selten	keine	keine
Haare	rötlich, blond	blond bis braun	dunkelblond bis braun	dunkelbraun
Augen	blau, grau	blau, grün, grau braun	grau, braun	dunkel
<b>Bezeichnung</b>	keltischer Typ	hellhäutiger Europäer	dunkelhäutiger Europäer	mittelmeerischer Typ
Ungefähre Verteilung in Mitteleuropa	2 %	12 %	78 %	8 %
<b>Reaktion auf die Sonne</b>				
Sonnenbrand	immer und schmerzhaft	fast immer, schmerzhaft	selten bis mäßig	kaum
Bräunung	keine bis kaum	kaum bis mäßig	fortschreitend	schnell und tief
Mittlere Erythem- schwellendosis bei Erstbestrahlung	200 J/m <sup>2</sup>	250 J/m <sup>2</sup>	350 J/m <sup>2</sup>	450 J/m <sup>2</sup>
Ungefähre Eigenschutz- zeit in der Sonne	15 bis 20 Minuten	20 bis 25 Minuten	25 bis 35 Minuten	35 bis 45 Minuten

Unter Eigenschutz der Haut versteht man den Zeitraum für das erste Sonnenbad, bei dem man noch keinen Sonnenbrand bekommt (für nicht vorgebräunte Haut); Zahlenangaben für einen wolkenlosen Sommertag in Mitteleuropa am Mittag und in Meeresspiegelhöhe.