

Der beste Sonnenschutz ist ein klarer Verstand

Von Petra Bremser



Dr. Thomas Elshorst-Schmidt

Dieser Artikel geht unter die Haut. Im wahren Sinne des Wortes.

Der Neu-Isenburger Dermatologe Dr. Thomas Elshorst-Schmidt (praktiziert seit 2006 in der Frankfurter Straße) hat es sich zur Aufgabe gemacht, vor allem Jugendliche über die Gefahr von Hautkrebs zu informieren.

Deshalb besucht Dr. Elshorst-Schmidt seit Jahren in der letzten Woche vor den Sommerferien die Achtklässler der Goetheschule. In seinem rund einstündigen Vortrag weist er die Gymnasiasten auf die Gefahren der Sonne hin. Danach können ausführlich Fragen gestellt werden. Der Vater von drei Töchtern hofft, dass die Jugendlichen dann die richtigen

Entscheidungen für sich treffen.

„Nur die Folgen von Sonnenschäden zu behandeln, ist mir zu wenig Hilfe“, erklärt Dr. Elshorst-Schmidt sein unentgeltliches Engagement. Er sagt klipp und klar: „Der beste Sonnenschutz ist ein klarer Verstand!“

Für die Schüler wird der Vortrag durch eine moderne Power-Point-Präsentation anschaulich gemacht.

Verschiedene Internet-Adressen (zu finden am Ende dieses Artikels) geben wichtige Informationen über das „richtige Sonnenbaden“.

Dr. Elshorst-Schmidt sagt es anschaulich: **„Unsere Haut hat eine Art Sonnenkonto. Wenn das aufgefüllt ist, drohen Schäden. Die Rechnung präsentiert das Organ Haut aber erst viele Jahre später.“**

Der Dermatologe (einer von nur 225 für sechs Millionen Hessen!) rät nicht nur den Jugendlichen: „Sonnenschutz mit hohem UVA und UVB Schutz benutzen und diese dick genug und **mindestens eine halbe Stunde** vor dem Rausgehen auftragen. Wenn man es nicht übertreibt, repariert sich die Haut über Nacht

sogar von selbst.“ Die richtige Länge für ein Sonnenbad? Da hilft der UV-Index, den man sich für jeden Tag im Internet (zum Beispiel bei Google) anschauen kann. Exakt für den jeweils gesuchten Ort.

Damit keine Missverständnisse aufkommen: Ganz ohne Sonne geht es auch nicht. Denn unser Körper braucht das Vitamin D, das mit Hilfe der Sonne in der Haut selbst produziert wird. „Im Sommer bekommt man das ausreichend durch ein gemäßigtes Sonnenbad. Dreißig Minuten Gesicht und Unterarme der Sonne aussetzen genügen“, verrät Dr. Elshorst-Schmidt. Und im Winter? „Da kann man durchaus mit Vitamin-D-Ergänzungen nachhelfen“, sagt der Haut-Experte. Was seiner Meinung nach gar nicht geht, sind Solarien. „Eine echte Gefahr“, so Dr. Elshorst-Schmidt.

Seine Hoffnung: Dass es durch die umfangreiche Aufklärungs-Arbeit in der nächsten Generation weniger durch Lichtschäden verursachten Hautkrebs geben wird. Denn leider gibt es auch eine genetisch bedingte Variante des Hautkrebses, die auch bei gewissenhaftem Umgang mit der Sonne auftreten kann.

Hier die Internet-Adressen: www.wetteronline.de/uv-Index und <https://de.wikipedia.org/wiki/UV-Index> oder ein Video über die Auswirkungen von UV-Strahlungen auf unserer Haut unter www.youtube.com/watch?v=2mxkememC0E.

Mietwohnungen für Neubürgerinnen und Neubürger gesucht!

Von Antonia von Alten

Die Flüchtlingshilfe und die Stadt Neu-Isenburg bitten alle Wohnungsbesitzer und Hausverwaltungen: Geben Sie unseren „Neubürgern“ eine Chance. Nach der langen Zeit der Flucht, der Unterbringung in Erstaufnahmeeinrichtungen und Gemeinschaftsunterkünften freuen sich die Menschen über etwas mehr Eigeninitiative und suchen Wohnungen auf dem freien Markt.

Die meisten Flüchtlinge, die den langen und gefährlichen Weg nach Deutschland geschafft haben, sind gut ausgebildet. In ihren Heimatländern haben sie oft eigene Häuser besessen und Geld verdient. Dann wurden sie vom Bürgerkrieg eingeholt.

In der Gemeinschaftsunterkunft der Stadt in der Hugenottenallee und der Beethovenstraße leben zurzeit 65 Flüchtlinge, in der Meisenstraße in Gravenbruch hat der Kreis Offenbach 48 Flüchtlinge untergebracht.

Sie haben eine Wohnung? Wir beraten Sie gerne!

Sie haben eine Wohnung zu vermieten und wollen Flüchtlinge unterstützen? Die Stadt Neu-Isenburg und die Flüchtlingshilfe beraten Sie gerne:

Der Fachbereich Soziales und Wohnen berät Sie, ob Ihre Wohnung zur Vermietung an Flüchtlinge geeignet ist.

Die Miete, Nebenkosten und Kaution werden meist direkt vom Job-Center an Sie überwiesen.

Wohnungspaten der Stadt besuchen die Flüchtlinge regelmäßig in ihren Wohnungen. Sollte es Schwierigkeiten in der neuen Hausgemeinschaft geben, können sie schnell und auf direktem Weg gelöst werden.

Die wohnungssuchenden Flüchtlinge sind meist seit mehr als einem Jahr in Neu-Isenburg und

der Stadt und der Flüchtlingshilfe bekannt. Die Mitarbeiter des diakonischen Werkes und Mitarbeiter der Stadt Neu-Isenburg unterstützen sie beim Ämterkontakt.

Die Flüchtlingshilfe steht mit vielen Geflüchteten in engem Kontakt und lädt regelmäßig zu Treffen ein, z. B. zwei Mal im Monat zum Café Grenzenlos.

Kontakt:

Cornelia Mateos

Leiterin Fachbereich
Soziales und Wohnen
Tel.: (06102) 241 501

conny.mateos@stadt-neu-isenburg.de

Michael Kaul

Sprecher der
Flüchtlingshilfe Neu-Isenburg:
Fluechtlingshilfe-Neu-Isenburg@t-online.de
Tel. (06102) 32 67 72