

Gebruikt u medicijnen die uw lichtgevoeligheid verhogen, bijv. antibiotica?

Ja / Nee

Heeft u last van pigmentvlekken?

Ja / Nee

1 Wat is de kleur van uw ogen?	Lichtblauw, -grijs of groen	0
	Blauw, grijs of groen	1
	Lichtbruin	2
	Donkerbruin	3
	Bruin / zwart	4

2 Wat is uw natuurlijke haarkleur?	Rosig / Rood	0
	Blond	1
	Donkerblond / Kastanje	2
	Donkerbruin	3
	Zwart	4

3 Wat is de kleur van de onbestraalde huid? (binnenkant pols)	Rosig / sproeten	0
	Erg blank	1
	Blank met beige teint	2
	Lichtbruin	3
	Donkerbruin	4

4 Heeft u van nature veel sproeten op uw huid?	Veel	0
	Valt wel mee	1
	Weinig	2
	Een enkele	3
	Geen	4

5 Wat overkomt u als u zonder factor te lang in de zon blijft?	Pijnlijk, rood en vervellen	0
	Verbrandt vaak, vervellen	1
	Verbrandt soms	2
	Verbrandt zelden	3
	Verbrandt nooit	4

6 In welke mate wordt u bruin?	Niet of nauwelijks	0
	Een beetje, iets getint	1
	Redelijk	2
	Heel makkelijk	3
	Snel diepbruin	4

7 Bruint u nog langer door wanneer u uit de zon bent? (bijv dat de kleur extra opkomt thuis na het douchen)	Nooit	0
	Nauwelijks	1
	Soms	2
	Vaak	3
	Altijd	4

8 Hoe reageert uw gezicht op de zon?	Erg gevoelig	0
	Gevoelig	1
	Normaal	2
	Kan er goed tegen	3
	Nooit last	4

9 Probeert u tijdens het zonnen uw hele lichaam te bruinen?	Nooit	0
	Nauwelijks	1
	Soms	2
	Vaak	3
	Altijd	4

10 Wanneer heeft u voor het laatst een langere periode gezond? (vakantie / kuur)	3-4 maanden geleden	0
	2-3 maanden geleden	1
	1-2 maanden geleden	2
	< 1 maand geleden	3
	< 15 dagen geleden	4

Totaalscore (vraag 1 t/m 10)	
------------------------------	--

Huidtype 1 0 t/m 7 punten
 Huidtype 2 8 t/m 16 punten
 Huidtype 3 17 t/m 25 punten
 Huidtype 4 26 t/m 38 punten

Erg gevoelig
 Gevoelig
 Normaal
 Goed bestand

Mag niet zonnen!
 Verbrandt snel, kan wel bruin worden
 Kan wel verbranden, wordt goed bruin
 verbrandt zelden, wordt snel diepbruin