





Hudtype/eksponering	 Lav solesponering Nord Europa	 Middels solesponering Sentral Europa	 Høy solesponering Middelhavsområdene	 Svært høy solesponering Tropiske områder
<b>Meget lys</b> Hårfarge: Rødt, lys blond Hudtone: Svært lys, sart, lett rød Brunhet: Blir aldri eller sjelden brun	<b>Høy</b> Faktor 30, 50	<b>Høy</b> Faktor 30, 50	<b>Meget høy</b> Faktor 50+	<b>Meget høy</b> Faktor 50+
<b>Nordisk lys</b> Hårfarge: Lys blond Hudtone: Lys, lett rød Brunhet: Blir litt brun	<b>Middels</b> Faktor 15, 20, 25	<b>Middels</b> Faktor 15, 20, 25	<b>Høy</b> Faktor 30, 50	<b>Meget høy</b> Faktor 50+
<b>Nordisk mørk</b> Hårfarge: Blond Hudtone: Lys til medium Brunhet: Blir lys brun til mellombrun, sjelden rød	<b>Middels</b> Faktor 15, 20, 25	<b>Middels</b> Faktor 15, 20, 25	<b>Høy</b> Faktor 30, 50	<b>Høy</b> Faktor 30, 50
<b>Mørk</b> Hårfarge: Mørk blond, mørk, sort Hudtone: Medium, mørk Brunhet: Blir meget brun, aldri rød	<b>Lav</b> Faktor 6, 10	<b>Middels</b> Faktor 15, 20, 25	<b>Middels</b> Faktor 15, 20, 25	<b>Høy</b> Faktor 30, 50

*Slik leser du tabellen: Finn din hudtype og ditt reisemål. Solen er sterkere jo nærmere ekvator du kommer. Eks. Meget lys hud som skal til tropiske områder anbefales Meget høy faktor 50+.*