



Wie kann ich im beruflichen Alltag meine Haut gesund erhalten?

- **Verwendung geeigneter Handschuhe**
 - auf richtige Größen und Längen sowie auf die Passform achten
 - an die verwendeten Arbeitsstoffe (lt. Sicherheitsdatenblatt, Hersteller/innen, Lieferant/innen) anpassen
 - (Medizinische) Einmalhandschuhe schützen vor Krankheitserregern, in der Regel jedoch nicht vor Chemikalien!!
 - Chemikaliendichte Haushaltshandschuhe können mehrfach verwendet werden. Sie haben Stulpen, die Ihre Unterarme schützen. Mit einer Baumwollbeschichtung auf der Innenseite sind sie besonders hautverträglich. Sie eignen sich für Tätigkeiten mit Reinigungs- oder Desinfektionsmitteln.
- **Minimierung der Handschuh-Tragezeit**
 - Tragen der Handschuhe nur dann, wenn unbedingt erforderlich
 - auf „Handschuh-freie“ Zeiten achten -> Tätigkeitswechsel
- **sofortiges Wechseln von kaputten oder feuchten Handschuhen**
Einmalhandschuhe heißen nicht ohne Grund so: Bei mehrmaligem Gebrauch verlieren sie ihre Schutzwirkung.
- **Verzicht auf das Tragen von Schmuck während der Arbeit**
- **Erstellen Sie einen Hautschutzplan und informieren / schulen Sie ihre Arbeitnehmer/innen darüber (siehe Rückseite)**

Alarmsignale einer beginnenden Hauterkrankung

wie Trockenheit, Schuppenbildungen, kleine Risse, gerötete oder juckende Hautstellen

ernst nehmen und ärztlichen Rat (zB Arbeitsmediziner/in; Hautarzt/ärztin) einholen!!!

Bei vorgeschädigter Haut besteht zusätzlich die Gefahr einer Allergie!



Hautschutzplan (3 Punkte – Programm)

1. Verwendung von hautschonenden Hautreinigungsmitteln

Häufiges intensives und grobes Reinigen der Hände mit Wasser entzieht der Haut die schützenden Fette und beeinträchtigt ihre natürliche Schutzfunktion. Um Ihre Hände nicht unnötig zu strapazieren, sollten Sie zunächst starke Verschmutzungen vermeiden, z.B. durch das Tragen von Handschuhen.

Weiterhin sollten Sie die Hände richtig und so sanft wie möglich reinigen.

- Zum Reinigung der Hände die Waschlotion aus dem Spender mit wenig Wasser auf den Händen aufschäumen -und anschließend mit lauwarmem Wasser gut abspülen.
- die Hände nach jedem Waschvorgang gut abtrocknen, besonders wichtig dabei die Fingerzwischenräume
- ACHTUNG: nach jedem Waschen die Hände gut eincremen

Auswahl geeigneter Produkte

- milde, hautneutrale (pH-Wert 5,5) Waschlotionen bevorzugen
- unparfümierte Waschlotionen benutzen, um allergische Reaktion vorzubeugen

2. Verwendung von geeigneten Hautschutzmitteln

Vor allem bei häufigen Feuchtarbeiten sind Hautschutzpräparate wichtig.

Es handelt sich dabei um spezielle Cremes, welche die Widerstandsfähigkeit der Haut stärken. Hautschutzprodukte können nur dann richtig wirken, wenn Sie Folgendes beachten:

- auf Schmuck an Händen und Unterarmen verzichten. Sie erschweren das Eincremen der Hände. Außerdem staut sich unter Ringen, Armbändern etc. die Feuchtigkeit, und es sammeln sich Keime sowie Chemikalien und Seifenreste
- Creme zuerst da auftragen, wo der größte Effekt gewünscht ist. Das ist in der Regel der Handrücken
- die Creme gleichmäßig verteilen. Hautschutzcreme kann nur dort schützen, wo sie aufgetragen wird. Kritische Stellen wie Handgelenke, Fingerzwischenräume, Fingerkuppen und Nagelfalze besonders beachten
- Creme solange einmassieren, bis sie gut eingezogen ist. Dies ist besonders bei der Verwendung Wasser abweisender Hautschutzcremes und vor dem Anziehen von Schutzhandschuhen wichtig

Auswahl geeigneter Produkte

- Die Auswahl eines Präparates hängt auch von Tätigkeitsprofil und Hauttyp ab
- Gerbstoffhaltige Handschutzcremes verzögern das Aufquellen der Hornschicht
- Die Hautschutzpräparate aus hygienischen Gründen in Tuben oder Spendern bereitstellen

3. regelmäßige Hautpflege mit geeigneten Produkten

- Hände nach jedem Händewaschen mit einer ausreichend fetthaltigen und gut einziehenden Creme oder Lotion eincremen
- reichhaltige Creme gründlich in die Finger, Fingerzwischenräume, Fingerkuppen und Nagelfalze einmassieren

Auswahl geeigneter Produkte

- Für die Pflege zwischendurch eignet sich eine schnell einziehende Creme oder Lotion
- Für die Regeneration der Haut – nach Arbeitsende und in Pausen – empfehlen sich gehaltvollere Cremes, um den Fett- und Feuchtigkeitsverlust auszugleichen.
- Möglichst Präparate ohne Duft- und Konservierungsstoffe auswählen