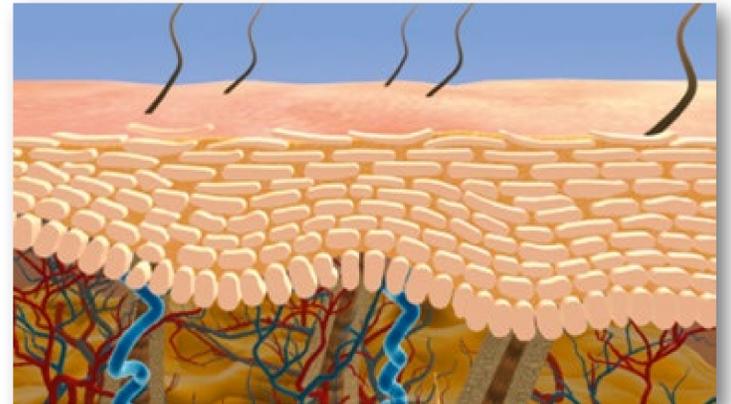


Wie halte ich meine Haut bei Tätigkeiten im Gesundheitsdienst gesund?

Hautschutz und Hautpflege

- Die oberste Hornschicht bildet eine Barrierefunktion vor schädigenden Einwirkungen
→ Ein Wasser-Fett-Film dichtet die Haut zwischen den Zellen ab und schützt sie vor Austrocknung
- Hautschutzcremes unterstützen die Schutzfunktion der Haut
- Regelmäßige Wiederholung der Cremeanwendung erforderlich (mindestens alle 1-2 Stunden, je nach Häufigkeit von Händedesinfektion bzw. Händewaschen)
- Idealziel: Durch die Hautbelastungen im Rahmen der Tätigkeit wird nur der durch die Schutz-/Pflegecreme aufgebrachte Fettfilm angegriffen
→ die von Hornfett und Hornzellen gebildete hauteigene Schutzschicht bleibt intakt



Quelle: BGW, Hauptsache Hautschutz

Was ist hautbelastender?

Händedesinfektion



Hautfett bleibt auf der Haut

Händewaschen



Teil des Hautfetts verschwindet im Abfluss

Händedesinfektion und Händewaschen

- Händedesinfektion zur Keimreduzierung wesentlich effektiver als Händewaschen
- Händewaschen wesentlich hautbelastender als alkoholische Händedesinfektion
- Händewaschen
 - auf wenige Male pro Arbeitsschicht begrenzen (vor Arbeitsbeginn, nach Arbeitsende, nach Toilettengang, bei echten Verschmutzungen)
 - lauwarmes Wasser verwenden
 - pH-hautneutrales Handreinigungsmittel verwenden
 - Hände mit Einmalhandtuch abtrocknen
 - Nach dem Waschen: Hände eincremen

Handschuhe

- Handschuhe über saubere und trockene Hände ziehen
- Bei einer längeren Tragedauer bildet sich Schweiß auf der Haut
→ Baumwollhandschuhe unter den Handschuhen können Feuchtigkeit aufsaugen
- Bei Handschuhgebrauch i.d.R. keine echten Verschmutzungen während der Tätigkeit, allenfalls Schweiß vom Handschuhtragen
- keine Reinigung notwendig
(oder nur Abspülen von Schweiß mit lauwarmen Wasser OHNE Flüssigseife)



Handschuhe nur so lange wie nötig und nur wenn notwendig tragen!

- Auch bei privaten Hautbelastungen (Haushalt, Hobby) auf Hautschutz und Pflege achten und ggf. Handschuhe tragen!
- „Die Haut ist – manchmal – Spiegel der Seele“ → Selbstfürsorge praktizieren: Nur wer gut für sich selbst sorgt, kann auch gut für andere (z.B. im Beruf) sorgen.
- Gedanken wie „Hände eincremen kostet Zeit und ist lästig“ kann einem teuer zu stehen kommen, denn **Hauterkrankungen treten häufig erst nach vielen Jahren auf und kosten dann auch viel (Lebens-)Zeit.**