UKB
Unfallkasse Berlin

Hautschutz: Gesunde Hände nicht nur in Zeiten der Pandemie

Trockenheit, Spannungsgefühle und Juckreiz: Das häufige und intensive Händewaschen – wie es jetzt schon seit langem als Hygienemaßnahme zum Schutz vor dem Coronavirus angezeigt ist – kann die Haut strapazieren. Die Unfallkasse Berlin gibt Hinweise und Tipps, wie die Haut an den Händen gut geschützt und gepflegt werden kann.

Was passiert, wenn der Schutzschild Haut gefährdet wird?

Mit einer Größe von zirka zwei Quadratmetern bildet die Haut die Grenzschicht zwischen Körper und Umwelt. Ist die Haut gesund, so bildet sie einen einzigartigen Schutz gegen schädliche äußere Einflüsse wie etwa Krankheitserreger oder chemische Einflüsse.

Häufiges und intensives Händewaschen kann die Haut jedoch strapazieren. Folgendes passiert: Bei Hautkontakt wird der Wasser-Fett-Film zerstört und Fette werden aus der Haut ausgewaschen. Feuchtigkeit lässt die Haut aufquellen. Die Hornschicht verliert ihre schützende Eigenschaft, so dass Fremdstoffe eindringen und Entzündungen auslösen können. Das Risiko für Handekzeme und allergische Hauterkrankungen steigt.

Die **trockene und kalte Jahreszeit** kann die Haut zusätzlich belasten. Bei Kälte sinkt die Talgproduktion und die Haut wird schlechter durchblutet. Dadurch nimmt der natürliche Hautschutz und die Versorgung der Haut mit Sauerstoff und Nährstoffen ab. Trockenheit, Spannungsgefühle und Juckreiz können die Folge sein. Bei einer trockenen oder rissigen Haut ist die Abwehrfunktion der Haut geschwächt.

Das können Schulen tun, um die Haut der Beschäftigten zu schützen:

Hautschutz- und Hautpflegemittel:

Schulen sollten darauf achten, auf Grundlage der Gefährdungsbeurteilung geeignete Hautschutz- und Hautpflegemittel bereitzustellen. Bei Fragen zum Hautschutz können Expertinnen und Experten zu Rate gezogen werden. Gute Ansprechpersonen sind zum Beispiel Betriebsärzte und Betriebsärztinnen sowie die Fachkräfte für Arbeitssicherheit.

Schonende Hautreinigung:

- Die Reinigungsprodukte sollten mild und dem Verschmutzungsgrad angepasst sein.
- Die Produkte sollten pH-hautneutral, das heißt dem pH-Wert der Hautoberfläche (5,5) angepasst sein. Viele Seifen haben einen zu hohen Wert (9-10).
- Reibemittelhaltige Reiniger sollten vermieden werden (auf keinen Fall bei leichten Verschmutzungen). Reibemittel tragen die obersten Zellschichten wie bei einem Peeling ab.
- Keine Lösungsmittel beziehungsweise lösemittelhaltigen Reiniger zum Waschen benutzen. Sie entfetten die Haut sehr stark.
- Allergenarme Produkte sollten bevorzugt werden. Vor allem auf Farb- und Duftstoffe kann häufig verzichtet werden.
- Die Hände nach dem Waschen mit weichen Einmalhandtüchern gut abtrocknen und dabei die Fingerzwischenräume nicht vergessen. „Trockenrubbeln“ belastet die Haut unnötig, besser ist das Trockentupfen.

Hautpflege:

Auch eine schonende Hautreinigung kann nicht immer verhindern, dass die Hautbarriere am Ende des Arbeitstages angegriffen ist. Die Unfallkasse empfiehlt daher eine Hautpflegecreme zu benutzen. Das ist besonders wichtig, wenn die Hände häufig gewaschen werden. Die Verwendung einer Hautpflegecreme stärkt die Hornschicht und damit die Hautbarriere.

Auch bei der Hautpflege sollten allergenarme Produkte bevorzugt werden. Auf Zusätze wie Duftstoffe, Konservierungsstoffe oder Heilkräuter sollte man verzichten. Die **Hautpflegemittel** sollten **in den Phasen ohne Hautbelastung genutzt** werden: nach der Arbeit, vor längeren Arbeitspausen oder nachts zur intensiven Pflege.

Desinfektionsmittel für die Beschäftigten:

Das regelmäßige und gründliche **Händewaschen mit Seife** stellt eine sichere und ausreichende Maßnahme dar, um **Coronaviren effektiv zu inaktivieren und abzuspülen**.

Die **Händedesinfektion** kann jedoch als **gute Alternative** zum Waschen empfohlen werden. Zum einen bietet sich nicht immer sofort die Gelegenheit zum Waschen. Dann kann die Desinfektion mit einem für den persönlichen Bedarf gebrauchsfertigen alkoholischen Einreibepräparat sinnvoll sein. Zum anderen ist die alleinige Händedesinfektion in der Regel hautschonender als das Waschen mit Seife, weil die Hautfette nicht abgewaschen werden.

Sofern keine sichtbaren Verschmutzungen vorliegen, können einzelne Waschungen also durch eine Desinfektion ersetzt werden.

Wichtig: Eine Kombination aus Händewaschen und Händedesinfektion ist zu vermeiden, denn sie strapaziert die Haut besonders stark und ist im Schulbetrieb unnötig (Anmerkung: Dies ist das Vorgehen bei der hygienischen Händedesinfektion im Gesundheitsdienst beim Vorliegen von Sporenbildnern – in dem Sinne nicht schlimm, sondern ggf. notwendig). Das Hautdesinfektionsmittel ist nur dann ausreichend wirksam, wenn die Einwirkzeit eingehalten wird. Hierbei ist auf die Herstellerangaben zu achten (i.d.R. 30 Sekunden). Die Hände sollen solange an allen Stellen eingerieben werden, bis sie trocken sind. In der Regel entspricht die Einwirkzeit der Trocknungszeit des Desinfektionsmittels. Am besten geeignet sind alkoholische Desinfektionsmittel mit rückfettenden Inhaltsstoffen. Angelöste Hautfette bleiben nach Verdunsten des Alkohols auf der Hautoberfläche zurück und stehen der Haut weiter als Schutzschicht zur Verfügung.

Desinfektionsmittel in der Schule – das ist zu beachten:

Werden Desinfektionsmittel in der Schule verwendet, tragen Schulleitung und Sachkostenträger die Verantwortung für die Umsetzung der daraus resultierenden Anforderungen im Sinne des Arbeits- und Gesundheitsschutzes. Diese ergeben sich unter anderem aus dem Arbeitsschutzgesetz, der Gefahrstoffverordnung und der DGUV Vorschrift 1.

Desinfektionsmittel richtig lagern

Zu den Anforderungen im Umgang mit Desinfektionsmitteln sowie zu den Anforderungen an die Lagerung finden Sie hier weitere Hinweise: www.unfallkasse-berlin.de, Webcode: ukb854.

Weiterführende Links und Informationen

- Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung (DGUV): SARS-CoV-2 – Prävention für Bildungseinrichtungen – Empfehlungen zur Hygiene in Schulen, https://www.dguv.de/corona-bildung/schulen/hygiene/index.jsp
- Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA): Zur Verwendung von Desinfektionsmitteln, www.infektionsschutz.de/hygienetipps/desinfektionsmittel

- DGUV Information 212-017: Auswahl, Bereitstellung und Benutzung von beruflichen Hautmitteln, https://publikationen.dguv.de/, Webcode: p212017

Stand: Juli 2022