



WIR BERATEN SIE GERNE GANZHEITLICH ZUM THEMA HANDEKZEM

In unserer spezialisierten Hautapotheke helfen wir Ihnen die Ursache für Ihr Handproblem zu finden, eine geeignete Therapie zu beginnen und entsprechend passende Schutzmassnahmen zusammen zu stellen.

Für jede Situation sind spezifische Schutz- Pflege und Reinigungsprodukte erhältlich.

Gerne hilft Ihnen unser ausgebildetes Team bei der Wahl der Produkte.

Brauchen Sie ärztliche Hilfe?

Wir helfen Ihnen, dies abzuklären und können Ihnen wenn nötig einen Dermatologen oder eine Dermatologin empfehlen.

Unser Apothekenteam hat sich intensiv auf dem Gebiet der Hautpflege und der Vorbeugung und Behandlung von Hautkrankheiten weitergebildet. Profitieren Sie von unserem Spezialwissen und unserem Netzwerk!

Wir freuen uns, Sie bei uns zu beraten.

IHRE HAUTAPOTHEKE



Dieses Projekt wird unterstützt von:



Weitere hautapotheken unter: www.haut-apotheke.ch

Foto: Adobe Stock

**m+ haut
apotheke**

Handekzem



Wie erkennt man ein Handekzem?

Das Handekzem kann sowohl akut oder auch chronisch sein:

- Beim akuten Handekzem bilden sich juckende Knötchen (Papeln) auf geröteter Haut. Daraus entwickeln sich vor allem an den Innenseiten der Finger Bläschen, die aufgehen und in ein nässendes Ekzem übergehen können.
- Das chronische Handekzem äussert sich als gerötete, trockene, schuppelige und juckende Haut, die sich mit der Zeit verdickt. Das führt nicht selten zu schmerzhaften Rissen (Rhagaden). Beim chronischen Handekzem kann es nach intensivem Schadstoffkontakt auch wieder in einen akuten Zustand gelangen.

Was sind die Ursachen eines Handekzems?

- Ein allergisches Kontaktekzem entsteht durch Kontakt mit einem chemischen oder pflanzlichen Stoff, auf den der eigene Körper allergisch reagiert, z. B. auf Duftstoffe in Kosmetika, Chemikalien in Baustoffen, Nickel in Schmuck
- Das irritative Kontaktekzem ist die Folge einer Abnutzung und Schädigung der natürlichen Hautschutzbarriere, z. B. häufig durch Arbeiten mit auslaugenden Reinigungsmitteln, Lösungsmitteln oder aggressiven (irritierenden) Chemikalien, Desinfektionsmittel oder auch einfach häufigem Kontakt mit Wasser.

Wie wird ein Handekzem behandelt?

- Je früher man mit der Behandlung beginnt, desto einfacher und schneller stellt sich im Allgemeinen der Therapieerfolg ein.
- Die wichtigste Massnahme ist das konsequente Vermeiden des Kontaktes mit den Verursachenden Stoffen. Ist der auslösende Faktor nicht klar, ist eine Abklärung durch einen Dermatologen angezeigt
- Das Ekzem wird mit kortisonhaltigen Salben, in sehr hartnäckigen Fällen mit Tabletten oder Licht behandelt
- Um die geschädigte Hautbarriere zu regenerieren werden rückfettende Hautpflegeprodukte eingesetzt
- Zusätzlich kommt ein Hautschutzkonzept während der Arbeit zur Anwendung.

Hautschutzkonzept: Tipps zur Vorbeugung eines Handekzems

Hände schützen

Wenn es nicht möglich ist, die schädigende Ursache zu vermeiden, soll die Haut so gut wie möglich geschützt werden

- Handschuhe tragen: Tragen Sie wenn möglich zum Arbeiten Handschuhe. Es gibt verschiedene Arten, die zur Auswahl stehen. Falls Sie unter Handschuhen zu stark schwitzen, können Deocremes benutzt werden oder tragen Sie Stoffhandschuhe darunter. Einige Handschuhe sind inwendig mit Baumwolle ausgestattet. entsprechend passende Schutzmassnahmen zusammen zu stellen.
- Alternativ können Hautschutzcremes verwendet werden. Eine Hautschutzcreme enthält spezielle Inhaltsstoffe, die verhindert, dass schädliche Stoffe in die Haut eindringen können und nicht bei jedem Kontakt mit Wasser oder der schädlichen Substanz abgewaschen werden.
- Anwendung einer Hautschutzcreme: 3-5mal täglich vor und während der Arbeit, nach Pausen und nach dem Händewaschen auftragen. Auch Bereiche um die Fingernägel, zwischen den Fingern und Handgelenken gut eincremen.
- Achtung: Beim Umgang mit gefährlichen Substanzen ersetzen Schutzcremen die Handschuhe nicht!

Milde Reinigung

Achten Sie bei der Reinigung darauf, dass Sie Produkte verwenden, die milde Tenside enthalten und zusätzlich eine Rückbefeuchtung enthalten, damit die Hände nicht beim Waschen zusätzlich austrocknen. Wenn Hautschutzcremes verwendet werden, ist es oft nicht mehr nötig abrasive Seifen oder Handbürsten zu verwenden. Diese sollten grundsätzlich bei Handekzemen vermieden werden.

Pflege der trockenen Hände

Pflegen Sie die Hände nach der Arbeit und über Nacht mit regenerierenden Handpflegecremes. Sehr gut geeignet sind Produkte mit hauteigenen Inhaltsstoffen wie Urea und Ceramiden oder auch mit hochwertigen Inhaltsstoffen wie Nachtkerzenöl oder Sheabutter.