

Merkblatt Schutz und Pflege der Hände

21.02.2023



Bildquelle: iStock

Unsere Hände benötigen vorbeugend besonderen Schutz und Pflege, damit sie gesund bleiben. Die Haut erfüllt wichtige Barriere- und Schutzfunktionen und kann sich regenerieren. Durch äussere Einflüsse wie Wasser, Kälte, Schadstoffe und mechanische Belastung können die Regenerationsmechanismen überlastet werden. Die Haut trocknet aus und kann ihre Schutzfunktion nur noch ungenügend erfüllen. Gerötete, spröde und rissige Hände sind die Folge. Im Extremfall kann es zur Arbeitsunfähigkeit kommen. Durch richtig angewendete Massnahmen zum Schutz, Reinigung und Pflege der Hände können berufsbedingte Hautschäden wirksam verhindert werden.

Durch Arbeit in Labor und Werkstatt werden die Hände besonders stark beansprucht. Folgende Ursachen können unterschieden werden (Beispiele):

Kontakt mit Feuchtigkeit	Chemikalie/biologische Gefährdung	Mechanische Belastung
<ul style="list-style-type: none"> • Häufiger Wasserkontakt, z. B. beim Händewaschen • Langes Tragen von feuchtigkeitsdichten Handschuhen (Schweiss) • Berufe mit Feuchtarbeit (Reinigung, Garten, Labor) 	<ul style="list-style-type: none"> • Anwendung von Desinfektionsmitteln • Schädigung durch Basen und Säuren • Entfettende Substanzen wie Seifen, Alkohol und Reinigungsmittel • Kühlschmiermittel • Giftige und / oder allergene Stoffe • Pathogene 	<ul style="list-style-type: none"> • Raue oder scharfkantige Materialien • Erde, Kies, Sand • Sandseife • Papier, Karton • Kälte oder Hitze

Massnahmen zum Schutz und Pflege der Hände

Es müssen geeignete Schutzhandschuhe getragen werden. [\(Siehe PSA Handschuhe Empfehlungen\).](#)

Hautschutzcreme	Hautpflegecreme
<ul style="list-style-type: none">• Vor und während der Arbeit 3- bis 5-mal täglich anwenden.• Fingerkuppen und Fingerzwischenräume nicht vergessen.• Vor Anziehen der Schutzhandschuhe anwenden.	<ul style="list-style-type: none">• Täglich nach der Arbeit.• Vor der Mittagspause.
<ul style="list-style-type: none">• Wir empfehlen «Stokoderm® aqua PURE» (Artikelnummer 4016208246627), erhältlich über die ETHIS Beschaffungsplattform im externen Lieferantenshop «Conrad» (Stand Februar 2023).	<ul style="list-style-type: none">• Wir empfehlen «Stokolan® Sensitive PURE» (Artikelnummer 4016208854549), erhältlich über die ETHIS Beschaffungsplattform im externen Lieferantenshop «Conrad» (Stand Februar 2023).

Die in der obigen Tabelle angegebenen Produkte sind auch für empfindliche Haut und für Menschen mit Allergien geeignet. Bei individueller Auswahl von Produkten ist auf parfüm- und farbstofffreie Cremes zu achten.

An häufig genutzten Waschbecken in Labor und Werkstatt können laminierte Hautschutzpläne aufgehängt werden, welche über die richtige Anwendung von Hautschutzcremes, hautschonende Reinigung und Desinfektion sowie die abschliessende Anwendung von Hautpflegecremes am Arbeitsende informieren. Beispiele für Hautschutzpläne in Werkstatt und Labor, welche Sie ausdrucken und laminieren können, finden Sie unter folgendem [Link](#).

Bei Fragen zum Thema Hautschutz und Hautpflege oder für einen individuellen Hautschutzplan wenden Sie sich bitte an uns.

ETH Zürich
Abteilung Sicherheit, Gesundheit und Umwelt SGU
Sektion Arbeitsmedizin und Gesundheitsschutz AGS

Tel.: +41 44 632 30 30
arbeitsmedizin@ethz.ch
www.sicherheit.ethz.ch