

Hautproblemen an den Händen bei Pflegenden vorbeugen

Im Pflegealltag kann es bei pflegenden Angehörigen zu Hautreizungen und -schäden an den Händen kommen. Das Zentrum für Qualität in der Pflege (ZQP) gibt Tipps, wie sie ihre Hände schützen können.

Berlin, 03. April 2023. Im Pflegealltag werden die Hände durch häufiges Händewaschen, Desinfizieren oder Handschuhtragen beansprucht. Andauernder Kontakt mit Feuchtigkeit sowie mit aggressiven Stoffen schädigt die Haut. Dadurch wird sie auch anfälliger für Reizungen, Infektionen und Allergien. Mangelnder Schutz, mangelnde Pflege sowie falsche Händehygiene können also zu Hautproblemen führen. Anzeichen sind beispielsweise trockene, rissige oder schuppige Haut, Rötungen, Ausschlag oder Schwellungen. Hautprobleme an den Händen können plötzlich auftreten oder sich über einen längeren Zeitraum entwickeln. Aber wie kann man ihnen richtig vorbeugen?

„Die regelmäßige und gründliche Händereinigung gehört zur Basishygiene und dient dem Infektionsschutz. Dieser ist in der Pflege besonders wichtig. Gleichzeitig kann durch die Händehygiene die Haut gereizt und geschädigt werden. Aber solchen Problemen kann man vielfach vorbeugen“, erklärt Daniela Sulmann, Geschäftsleiterin und Pflegeexpertin im ZQP. Grundsätzlich sollten die Hände so oft wie nötig gereinigt werden – in jedem Fall vor und nach Pfllegetätigkeiten. Zur Reinigung kommen Waschen oder Desinfizieren infrage. Bei sichtbaren Verschmutzungen sollte man die Hände immer waschen. Wenn die Reinigung besonders oft nötig ist, sei es in der Regel besser, sie häufiger zu desinfizieren, statt sie zu waschen. Dies sei schonender für die Haut, so die Pflegeexpertin.

Zur Reinigung und Pflege der Hände sind milde, hautschonende Produkte ohne ätherische Öle, Farb- und Duftstoffe zu empfehlen. Dazu gehören Reinigungsprodukte mit einem pH-Wert unter 6. Außerdem sollten die Hände regelmäßig eingecremt werden. Es kann auch sinnvoll sein, spezielle Produkte anzuwenden, die einen Schutzfilm auf der Haut bilden und so Feuchtigkeit sowie reizende Stoffe teilweise abhalten.

Zum Schutz der Haut – etwa vor Infektionen, anhaltender Feuchtigkeit und Reizungen – dienen Handschuhe. Sie sollten beim Kontakt mit Körpersekreten, bei der Körperpflege und beim Umgang mit Medikamenten getragen werden. Bei diesen Tätigkeiten sind medizinische Einmal-Handschuhe geeignet. Aber: Handschuhe können die Haut auch strapazieren. Bei der Auswahl sollte man auf das Material achten. Zum Beispiel können Latex-Handschuhe Allergien auslösen. „Außerdem sollten Handschuhe nur so lange wie nötig getragen werden. Wenn sie innen feucht sind, sollten sie gewechselt werden. Werden die Handschuhe über zehn Minuten getragen, kann es sinnvoll sein, dünne Baumwoll-Handschuhe darunter anzuziehen“, ergänzt Sulmann.

„Pflegerische Angehörige sollten zur Händehygiene und zum Hautschutz sowie bei Hautveränderungen und Hautproblemen fachlichen Rat einholen“, betont Sulmann. Hierfür können sie sich an eine Pflegefachperson, die Hausärztin oder den Hausarzt oder auch an Hautärztinnen und Hautärzte wenden.

Weitere Tipps für pflegende Angehörige zur sorgfältigen Hygiene und Pflege der Hände sowie einen Erklärfilm bietet das ZQP auf seinem frei zugänglichen, werbefreien Internetportal www.pflegepraevention.de. Dort gibt es auch Informationen zur Vorbeugung von Hautproblemen bei pflegebedürftigen Menschen.

Pressekontakt: Torben Lenz | Tel: 030 994 05 62 – 22 | E-Mail: torben.lenz@zqp.de