

HANDEKZEM ... UND WEITER?



PATIENTENINFORMATION ÜBER AUSLÖSER, VORBEUGUNG
UND BEHANDLUNG VON (BERUFSBEDINGTEN) HANDEKZEMEN

INHALTSVERZEICHNIS

01 HANDEKZEME ERKENNEN	S. 4–5
02 URSACHEN UND AUSLÖSER	S. 6
03 EINTEILUNG DER HANDEKZEME	S. 7–10
IRRITATIVES HANDEKZEM	S. 7
ALLERGISCHES HANDEKZEM	S. 8–9
ATOPISCHES HANDEKZEM	S. 10
04 HANDEKZEME BEHANDELN	S. 11–15
WIE BEHANDELT MAN EIN HANDEKZEM?	S. 11
BASISTHERAPIE	S. 12
BEHANDLUNG BEI STARKEM JUCKREIZ	S. 12
ÄUSSERLICHE (TOPISCHE) THERAPIE	S. 13
PHYSIKALISCHE BEHANDLUNGSMASSNAHMEN	S. 14
INNERLICHE (SYSTEMISCHE) THERAPIE	S. 15
05 HANDEKZEME VERMEIDEN	S. 16–20
WIE KANN EIN HANDEKZEM VERHINDERT WERDEN?	S. 16
HAND- UND HAUTSCHUTZPLAN	S. 17
HANDSCHUTZ, HANDREINIGUNG, HANDPFLEGE	S. 18
WAS HILFT BEI ARBEITSBEDINGTEM HANDEKZEM?	S. 19–20
06 DAS HAUTARZTVERFAHREN	S. 21–22
ABLAUF HAUTARZTVERFAHREN	S. 21
VORTEILE DES HAUTARZTVERFAHRENS	S. 22
07 QUELLENANGABEN	S. 23

VORWORT VON PROF. SKUDLIK



Quelle: C. Skudlik, Universität Osnabrück

Liebe Leserinnen und Leser,

Rötungen, Trockenheit, Schuppung, Risse und Bläschen: Handekzeme können verschieden aussehen, gemeinsam ist ihnen aber, dass sie viele Handlungen in Beruf, Schule und Studium, aber auch im Privatleben beeinträchtigen. Vielfach tritt auch eine seelische Belastung hinzu, bedingt durch den stark ausgeprägten Juckreiz und die Tatsache, dass Betroffene im Alltag ihre Hände oftmals verstecken möchten – schließlich sind die Hände auch ein Sozial- und Kontaktorgan.

Zur Verhinderung der Entstehung eines Handekzems bzw. zur Behandlung sowohl milder als auch fortgeschrittener Ausprägungen stehen eine Reihe wirkungsvoller Hilfsangebote zur Verfügung. Von besonderer Bedeutung ist die Wahl des richtigen Hautschutzes, der richtigen Hautpflege und der richtigen Hautreinigung. Dies gilt gleichermaßen für Hautempfindliche

oder beruflich Hautbelastete, um ein Handekzem erst gar nicht entstehen zu lassen, sowie für bereits an einem Handekzem Erkrankte. Die vorliegende Broschüre möchte Ihnen beantworten, woran man ein Handekzem erkennt und wodurch es verursacht wird. Des Weiteren zeigt die Broschüre Ihnen Möglichkeiten der Behandlung und der vielfältigen Unterstützungs- und Beratungsangebote auf.

Persönlich wünsche ich Ihnen, dass Ihr Handekzem rasch wieder abheilt. Ich hoffe, dass diese Broschüre Sie hierbei unterstützt und Ihnen wertvolle Tipps gibt, wo Sie Hilfe erhalten und was Sie selbst tun können, damit es Ihren Händen und Ihnen bald wieder gutgeht.

Ihr
Christoph Skudlik

WORAN ERKENNT MAN EIN HANDEKZEM?

Bei Handekzemen handelt es sich um nicht ansteckende Entzündungen der Haut der Hände. Sie treten sehr häufig in der Bevölkerung auf: Innerhalb eines Jahres leiden bis zu **10% der erwachsenen Bevölkerung** an Handekzemen.

Handekzeme können sehr unterschiedlich aussehen: Unter anderem in Abhängigkeit von ihrer Verursachung können sie nur die Handrücken oder die Handinnenflächen, die Fingerkuppen, Fingerseitenkanten oder Fingerzwischenräume, aber auch die Hände in ihrer Gesamtheit einschließlich der angrenzenden Handgelenke betreffen. Meistens sind beide Hände parallel betroffen; abhängig von der Verursachung des Handekzems kann jedoch auch eine einseitige Betonung einer Hand vorliegen.

Leichtere bzw. beginnende Handekzeme sind häufig durch **Trockenheit** und **Schuppung** (Abb. 1) der Haut, leichte **Rötung** (Abb. 2) und manchmal



Abb. 1



Abb. 2



Abb. 3

Quelle: C. Skudlik, Universität Osnabrück

Bläschenbildung (Abb. 3) gekennzeichnet. Bei stärkerer Ausprägung des Handekzems kann es zu starken Rötungen und **Schwellungen**, ausgeprägter Bläschen- und **Blasenbildung** (Abb. 4) oder zum **Nässen** der Haut kommen. Daneben gibt es auch Handekzeme, die durch eine starke Trockenheit, **Verhornung** und **Rissbildung** (Abb. 5 und 6) der Haut gekennzeichnet sind.

Bei **Chronifizierung** des Handekzems zeigt sich häufiger eine **Verdickung der Hautfältelung** (Abb. 7). Länger bestehende Handekzeme können bedingt durch eine langfristige Anwendung Kortisonhaltiger Cremes eine **Verdünnung der Haut** (Atrophie) (Abb. 8) aufweisen. Mal mehr, mal weniger stark ausgeprägter **Juckreiz** findet sich in allen Stadien des Handekzems.

Nicht jede Trockenheit, Schuppung oder Entzündung der Haut der Hände muss jedoch auf ein Handekzem zurückzuführen sein. Auch wenn es sich zumeist um Handekzeme handelt, können sich hierhinter auch andere Hauterkrankungen verbergen, wie beispielsweise eine Schuppenflechte (Psoriasis), eine Pilz-, Bakterien- oder Krätzmilben-Infektion der Haut der Hände, sowie – dies aber vergleichsweise eher selten – andere entzündliche Hauterkrankungen wie Lichen ruber oder Lupus erythematodes.

Quelle: C. Skudlik, Universität Osnabrück



Abb. 4



Abb. 5



Abb. 6



Abb. 7

Quelle: C. Skudlik, Universität Osnabrück



Abb. 8

HÄTTEN SIE DAS GEWUSST?

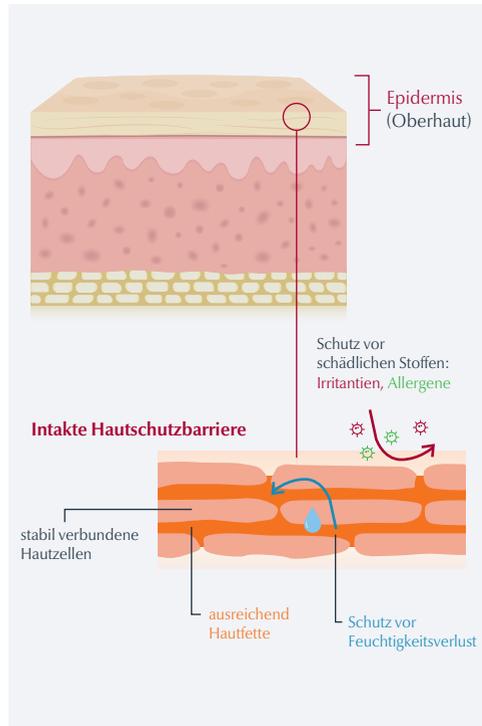
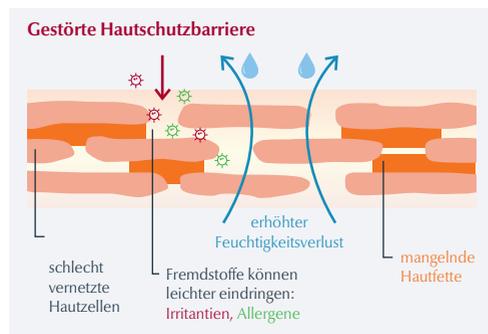
- Innerhalb eines Jahres erkrankt etwa 10% der Allgemeinbevölkerung an einem Handekzem.
- Handekzeme sind nicht ansteckend.
- Jedem Handekzem geht eine gestörte Hautschutzbarriere voraus.
- Juckreiz ist in allen Stadien des Handekzems ein Thema, kann aber mehr oder weniger stark ausgeprägt sein.
- In chronischen Fällen kommt es häufig zu einer Verdickung der Hautfältelung.
- Bei Handekzemen, die über einen längeren Zeitraum mit einer kortisonhaltigen Creme behandelt werden, kann die Haut dünner werden.

WODURCH WIRD EIN HANDEKZEM VERURSACHT?

Ein Handekzem kann sowohl durch von **außen auf die Haut einwirkende Faktoren** als auch durch **innere (anlagebedingte) Faktoren** bedingt sein.

Die drei häufigsten Auslöser für die Entstehung eines Handekzems sind **eine irritative Schädigung** der Haut, **Kontaktallergie** und die sogenannte atopische Disposition, das heißt die anlagebedingte Neigung zur Entwicklung einer **atopischen Dermatitis (= Neurodermitis)**. Meist sind mehrere dieser Faktoren beim einzelnen Betroffenen an der Handekzementwicklung beteiligt.

Allen Handekzemformen gemeinsam ist, dass ihre Entstehung wesentlich auf eine Störung der **Hautschutzbarriere** zurückzuführen ist. Die Hautschutzbarriere beruht auf der Intaktheit der an den Händen maximal nur wenige Zehntel Millimeter dicken Oberhaut (Epidermis). Diese stellt die Grenzfläche zur Umwelt dar und schützt den Körper vor Austrocknung und vor dem Eindringen schädigender Stoffe.



Bei der Ekzementstehung ist diese Barrierefunktion gestört, sodass es zu vermehrtem Wasserverlust und somit zur Austrocknung der Haut kommt. Gleichzeitig wird das Eindringen von hautreizenden Substanzen, allergieauslösenden Substanzen und Irritantien erleichtert.

WELCHE FORMEN DES HANDEKZEMS GIBT ES?

IRRITATIVES HANDEKZEM

Ein Handekzem kann durch äußerliche irritative Einwirkungen verursacht sein. Hierbei unterscheidet man zwischen akut-toxisch und kumulativ-subtoxisch verursachten Ekzemen.

1 AKUT-TOXISCHE HANDEKZEME

Akut-toxische Handekzeme werden durch die Einwirkung von sehr starken Säuren oder Laugen oder anderen, ätzend wirkenden Stoffen verursacht.

2 KUMULATIV-SUBTOXISCHE HANDEKZEME

Kumulativ-subtoxische Handekzeme sind demgegenüber Folge des Kontaktes zu weniger hautaggressiv wirkenden Stoffen, welche jedoch regelmäßig oder wiederholt auf die Haut einwirken und darüber die Hautschutzbarriere schwächen.

gebungstemperatur können zu einem kumulativ-subtoxischen Handekzem beitragen.

Aus den oben genannten Einwirkungen ergibt sich, dass vielfach Berufstätige, die viel mit den Händen arbeiten bzw. häufig die Hände waschen, desinfizieren oder Schutzhandschuhe verwenden, betroffen sind, wie z. B. Beschäftigte im Gesundheitswesen, in Nahrungsmittelberufen, im Friseurhandwerk oder in anderen handwerklichen Berufen (z. B. Mechaniker).



Abb. 9

Kumulativ-subtoxische Handekzeme stellen die häufigste Form der Handekzeme dar und werden sehr häufig durch **Nässekontakte** (Abb. 9) verursacht. Hierbei kommen nicht nur reines Wasser, sondern auch andere flüssige Einwirkungen wie Reinigungsmittel, Seifenlaugen und Shampoos, Nahrungsmittelsäfte, verschiedenste berufliche Flüssigkeiten und Verschmutzungen, aber auch erhöhtes Schwitzen unter Handschuhen in Betracht. Auch **mechanische Beanspruchungen** der Haut der Hände durch Druck oder Reibung sowie **klimatische Faktoren** wie eine kühle Um-

Quelle: C. Skudlik, Universität Osnabrück

ALLERGISCHES HANDEKZEM

Voraussetzung für ein allergisches Handekzem ist eine Sensibilisierung des Immunsystems gegen ein **Kontaktallergen**. Hierbei besteht eine Überempfindlichkeit gegenüber einem bestimmten Stoff (Allergen), sodass das Immunsystem bei Hautkontakt zu diesem Stoff aktiviert wird und eine Entzündung der Haut auslöst. Etwa **20% der Allgemeinbevölkerung** sind von einer **allergischen Kontaktsensibilisierung** betroffen. Bei allergischen Handekzemen bestehen diese Sensibilisierungen häufig gegenüber bestimmten Konservierungsstoffen sowie Gummi-Inhaltsstoffen, Metallen und Duftstoffen.



Abb. 10

Auch in hautbelastenden Berufen, in denen Umgang mit verschiedenen Chemikalien besteht, können allergische Handekzeme verursacht werden. Typische Auslöser sind hier z. B. im Friseurberuf Bestandteile von Oxidationshaarfärbemitteln (z. B. p-Toluyldiamin), in Gesundheits- oder Reinigungsberufen Flächendesinfektionsmittel, in Bau- und Konstruktionsberufen Kunstharze sowie in metallbearbeitenden Berufen Konservierungsmittel in Kühlschmiermittelflösigkeiten (Abb. 10 und 11).



Abb. 11

Quelle: C. Skudlik, Universität Osnabrück

In vielen Fällen geht ein kumulativ-subtoxisches Handekzem dem allergischen Handekzem voraus, da die irritative Vorschädigung der Haut der Hände das Eindringen der Kontaktallergene in die Haut und somit die Entwicklung einer Kontaktsensibilisierung begünstigt.

IRRITATIVE EINWIRKUNGEN UND ALLERGENE IM BERUF

BERUF	IRRITATIVE EINWIRKUNGEN	HÄUFIGE ALLERGENE
■ Friseur	Abspülen von Friseurchemikalien wie Wellmittel, Färbungen, Fixierungen, waschaktive Substanzen, Shampoo-konzentrate	Oxidationshaarfärben (p-Phenylendiamin, p-Toluyldiamin), Blondierung (Ammoniumpersulfat), Duft- und Konservierungsstoffe
■ Maurer, Fliesenleger, Maler	Nasser Zement (hoch alkalisch mit pH-Wert meist >12, mit zusätzlicher hygroskopischer und abrasiver Wirkung), Feuchtarbeit, z. B. beim Verfugen	Kaliumdichromat, Kobalt, Epoxidharzsysteme (Epoxidharze, Reaktivverdünner und -härter), Isothiazolinone
■ Zahntechniker	Umgang mit Desinfektionsmitteln, mechanische Reizung durch berufstypische Stäube	Acrylate, Methacrylate, Melamin-Formaldehydharz
■ Köche, Bäcker, Konditoren	Feuchtarbeit, Nahrungsmittelsäfte, Mehle, Gewürze, organische Säuren, Backtriebmittel, feuchte Hefe	Nahrungsmittelallergene (z. B. Meeresfrüchte), Mehle, Gewürze, Aromastoffe, Antioxidantien
■ Floristen, Gärtner	Mechanische Irritantien (z. B. Dornen, Stacheln, Haare), hautreizende Pflanzensäfte, Phototoxizität (Furocumarine), Feuchtarbeit	Pflanzenallergene wie Sesquiterpenlactone, Kompositen, Primin, Geraniol
■ Med. Bademeister, Masseur, Physiotherapeuten	Feuchtarbeit, mechanisch-irritative Einwirkungen, Umgang mit durchblutungsfördernden Substanzen	Konservierungsstoffe (z. B. Isothiazolinone), Duftstoffe, Desinfektionsmittel (z. B. Aldehyde)
■ Krankenpfleger, Altenpfleger	Feuchtarbeit, Umgang mit Desinfektionsmitteln und waschaktiven Substanzen	Desinfektionsmittel (z. B. Aldehyde), Konservierungsstoffe (z. B. Isothiazolinone), Duftstoffe
■ Metallbearbeitung (spanende Fertigung und Umformung)	(Wassermischbare) Kühlschmierstoffe (unphysiologische pH-Werte, zumeist alkalisch), Feuchtarbeit, reibemittelhaltige Reinigungsmittel	Konservierungsmittel in Kühlschmierstoffen (z. B. Isothiazolinone), Formaldehyd(-abspalter), Tallöle (Kolophonium), Rostschutzbasen (Ethanolamine)
■ Alle Berufe, in denen Schutzhandschuhe getragen werden	Okklusion und Schwitzen unter Schutzhandschuhen	Allergene in Schutzhandschuhen: Vulkanisationsbeschleuniger (Thiurame, Dithiocarbamate, Mercaptobenzothiazole)

ATOPISCHES HANDEKZEM

Das **atopische Ekzem** zählt zu den anlagebedingten Hauterkrankungen. Man geht davon aus, dass in Deutschland nahezu **jedes fünfte Kind im Vorschulalter** bzw. **annähernd jeder 20. Erwachsene** ein atopisches Ekzem entwickelt. Hierbei sind zwar nicht automatisch, aber doch relativ **häufig auch die Hände** betroffen.

Atopische Ekzeme zeigen sich darüber hinaus typischerweise an den großen Gelenkbeugen. Das atopische Handekzem ist je nach Patient durch verschiedene Hautsymptome gekennzeichnet: Es gibt sowohl trockene Ekzemformen mit vor allem Schuppung und Rissbildung an den Fingerkuppen als auch nässende Ekzemformen, welche vor allem mit Bläschenbildung an den Handinnenflächen (Abb. 12) und Fingerseitenkanten einhergehen.



Abb. 12

Quelle: C. Skudlik, Universität Osnabrück

IM ÜBERBLICK

HANDEKZEMFORM	URSACHEN
Irritatives Handekzem	<ul style="list-style-type: none"> ■ Hautkontakt zu reizend oder ätzend wirkenden Stoffen und verschiedenen Flüssigkeiten (Nässekontakte) ■ Mechanische Beanspruchung der Haut
Allergisches Handekzem	<ul style="list-style-type: none"> ■ Die Haut reagiert allergisch auf einen bestimmten Stoff
Atopisches Handekzem	<ul style="list-style-type: none"> ■ Veranlagung

WIE BEHANDELT MAN EIN HANDEKZEM?

Die Behandlung des Handekzems richtet sich nach dessen Schwere und der Art der Hautveränderungen. So sind bei eher trockenen, schuppenden oder verhornenden und mit Rissen einhergehenden Hautveränderungen fettere Cremes und Salben, bei nässenden oder bläschenbildenden Handekzemen eher dünnere Lotionen, austrocknende Pasten oder Handbäder wirksam.



In Anlehnung an: Diepgen, T. L., Elsner, P., Schliemann, S., Fartasch, M., Köllner, A., Skudlik, C., John, S. M., Worm, M. (2009). Leitlinie Management von Handekzemen. J Dtsch Dermatol Ges 7: Suppl. 3, S. 1-S. 16

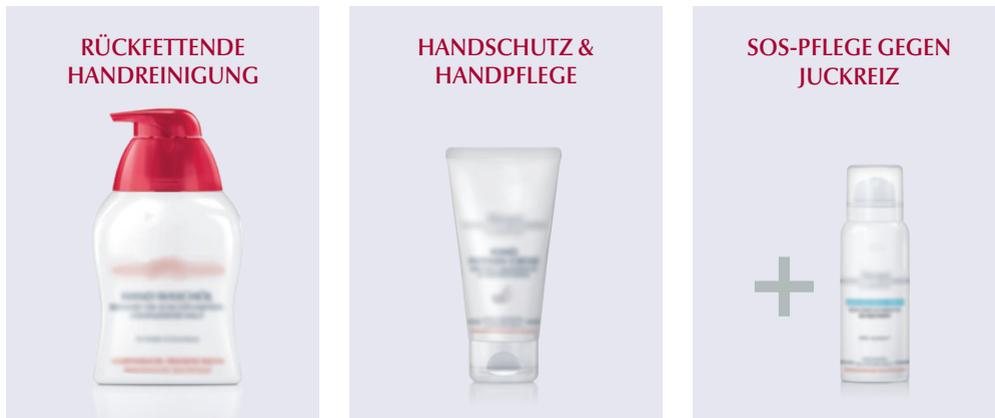
BASISTHERAPIE

Eine konsequente tägliche **Hautpflege** ist bei allen Ekzemformen das A und O. Sind die Ekzeme nur leicht ausgeprägt, reicht oftmals eine konsequente **Basistherapie** schon aus, um sie gut in den Griff zu bekommen. Das Ziel der Basistherapie ist es, mithilfe geeigneter Hautpflegemittel die Hautschutzbarriere zu stärken. Daher enthält die optimale Basistherapie eine Kombination verschiedener Inhaltsstoffe, die gezielt auf die Bedürfnisse der zumeist trockenen Haut eingehen:

- Hydrophile, rückfeuchtende Inhaltsstoffe versorgen die Haut intensiv mit Feuchtigkeit.
- Lipophile, rückfettende Inhaltsstoffe gleichen den Mangel an Hautfetten aus.
- Hautberuhigende Inhaltsstoffe (z. B. Licochalcone A) lassen Hautrötungen wieder abheilen.

Idealerweise sollte die Basistherapie mit passenden **Hautreinigungspräparaten** ergänzt werden.

IHR HANDSCHUTZPLAN



AUF EINEN BLICK

Die Basistherapie ist bei jedem Schweregrad der Erkrankung das A und O! Sie beinhaltet immer eine regelmäßige, rückfettende **Hautpflege** und eine **geeignete Hautreinigung**. Bei **Juckreiz** helfen Produkte mit den **Wirkstoffen Polidocanol** oder **Menthoxypropanediol**.

ÄUSSERLICHE (TOPISCHE) THERAPIE

Bei schwererer oder chronischer Ausprägung des Handekzems gehört die Behandlung in die Hand des Hautfacharztes. Dann ist häufig die Anwendung kortisonhaltiger Cremes oder Salben unumgänglich. Aber Achtung: Bei langfristiger Anwendung können Kortisonpräparate die Hautbarriere ungünstig beeinflussen. Von einer regelmäßigen Anwendung über mehrere Wochen ist daher eher abzuraten.

Je nach Schwere und Art des Handekzems können daher im weiteren Verlauf auch Cremes und Salben mit anderen entzündungshemmenden

Wirkstoffen eingesetzt werden. Dazu zählen z. B. die Calcineurin-Inhibitoren (Tacrolimus oder Pimecrolimus) und sulfonierte Schieferöle (Ammoniumbituminosulfonate). Je nach Hautzustand kommen dabei auch gerbstoffhaltige Handbäder (bei bläschenbildenden und nässenden Handekzemen) oder Salben und Cremes, die Salicylsäure oder Harnstoff (Urea) enthalten, infrage.

PHYSIKALISCHE BEHANDLUNGS- MASSNAHMEN

Beim chronischen Handekzem können physikalische Behandlungsmaßnahmen den Erkrankungsverlauf positiv beeinflussen. Eine häufig angewendete Methode ist die Bestrahlung mit UV-Licht. Von besonderer Bedeutung ist hier vor allem die **PUVA-Bestrahlungstherapie**. Dabei werden die Hände im Vorfeld durch ein Handbad oder eine Creme mit dem Wirkstoff 8-Methoxypsoralen UV-Licht-empfindlich gemacht. Im Anschluss werden die Hände mit UVA-Licht bestrahlt. **PUVA** ist somit ein aus den Begriffen Methoxypsoralen und **UVA**-Licht zusammengesetzter Begriff. Die Behandlung wird in der Regel mehrfach pro Woche durchgeführt, und das über mehrere Wochen.

Bei Händen, die zum starken Schwitzen und zur Bläschenbildung neigen, kann eine **Leitungswasser-Iontophorese-Behandlung** hilfreich sein. Bei dieser Behandlungsform werden die Hände

in eine mit Leitungswasser gefüllte Wanne getaucht und einem milden, kaum wahrnehmbaren Gleichstrom ausgesetzt.

Da Handekzeme die Besiedlung mit Bakterien oder Pilzen an den Händen begünstigen, kann es sinnvoll sein, die Behandlung um antimikrobielle Maßnahmen zu ergänzen, z. B. mit desinfizierenden Wirkstoffen (Antiseptika) oder Antipilz-Cremes. Auf Antibiotika sollte möglichst verzichtet werden, um zu verhindern, dass die Bakterien eine Resistenz entwickeln.

Schmerzhafte Risse können gut mit speziellen Pflasterverbänden – sogenannten Hydrokolloid-Pflastern – behandelt werden. Wirksam ist auch Silbernitratlösung, die idealerweise von medizinischem Fachpersonal aufgetragen werden sollte, da sie Verfärbungen hervorruft.

INNERLICHE (SYSTEMISCHE) THERAPIE

Wenn die äußerliche Behandlung eines Handekzems nicht den gewünschten Erfolg bringt, wird der Hautarzt gegebenenfalls eine innerliche Behandlung in Betracht ziehen.

Bei akuten Hauterscheinungen kann eine kurzzeitige Behandlung mit Kortison-Tabletten zum Therapieerfolg beitragen.

Bei schweren chronischen Handekzemen wird häufig der Wirkstoff Alitretinoin eingesetzt. Dieser

wird in der Regel täglich bis zu einem halben Jahr eingenommen. Wichtig: Alitretinoin kann frucht-schädigend sein. Frauen im gebärfähigen Alter müssen daher während der Behandlung eine sichere Verhütungsmethode wählen.

Darüber hinaus gibt es noch weitere Präparate, die Entzündungen an den Händen wirksam entgegenwirken.



GUT ZU WISSEN

Nachdem ein Handekzem abgeklungen ist, benötigt die Hautbarriere in der Regel noch drei Wochen, bis die Haut wieder vollständig stabil und belastbar ist. In dieser Zeit ist es also ratsam, die Haut weiterhin zu schonen und durch eine konsequente Basistherapie zu stärken.

WIE KANN EIN HANDEKZEM VERHINDERT WERDEN?

Maßnahmen, die verhindern, dass ein Handekzem entsteht oder fortschreitet, werden unter dem Begriff der Prävention zusammengefasst. Besonders effektive Möglichkeiten der Prävention bieten sich beim irritativen und allergischen Handekzem, da sie durch äußere Faktoren verursacht werden.

Die Prävention arbeitsbedingter Handekzeme ist gesetzlich geregelt. Nach Gefahrstoffverordnung sind Arbeitgeber nämlich dazu verpflichtet, Hautgefährdungen zu ermitteln und für ihre Mitarbeiter Schutzmaßnahmen festzulegen (z. B. der Austausch von Gefahrstoffen und Kontaktallergenen). Sofern dies nicht möglich ist, sind technische und arbeitsorganisatorische Präventionsmaßnahmen erforderlich (z. B. Automatisierung von Arbeitsprozessen oder Installation von Absauganlagen). Sollte aber auch hierdurch der

Kontakt zu hautirritierenden oder allergenen Stoffen nicht vermeidbar sein, so müssen Arbeitgeber eine geeignete Schutzausrüstung zur Verfügung stellen, wie zum Beispiel Schutzhandschuhe.

Obwohl Schutzhandschuhe in vielen Berufen unumgänglich sind, können sie sich negativ auf die Haut auswirken. Und das hat verschiedene Gründe:

- Manche Schutzhandschuhe enthalten allergieauslösende Stoffe.
- Schutzhandschuhe können einen Feuchtigkeits- oder Wärmestau verursachen, sodass die Hände stärker schwitzen. Durch das Tragen von Schutzhandschuhen können somit ebenfalls Hautirritationen entstehen.



HAND- UND HAUTSCHUTZPLAN

Hand- und Hautschutzpläne müssen auf den jeweiligen einzelnen Arbeitsplatz zugeschnitten sein. Allgemein gültige Pläne (z. B. für einen bestimmten Beruf oder ein ganzes Unternehmen) berücksichtigen in der Regel nicht die jeweiligen einzelnen Tätigkeiten im konkreten Einzelfall. Es ist Aufgabe des Arbeitgebers, nach Durchführung einer Gefährdungsbeurteilung Schutzmaßnahmen und Verhaltensweisen in einer Betriebsanweisung festzuhalten. Sofern Hautgefährdungen bestehen, sollten die Angaben der Betriebsanweisung in einem Hand- und Hautschutzplan konkretisiert werden.

Im Hand- und Hautschutzplan sollen die für den jeweiligen Arbeitsplatz verwendeten Hautschutzmaßnahmen und Hautmittel in einer verständlichen Form aufgeführt sein.

Ein Hand- und Hautschutzplan beinhaltet folgende Angaben:

- hautgefährdende Tätigkeit
- Schutzhandschuhe, wenn erforderlich
- Hautschutzmittel vor der Arbeit
- Hautreinigungsmittel entsprechend dem Verschmutzungsgrad
- Hautpflegemittel nach der Arbeit
- Händedesinfektionsmittel, falls erforderlich

Musterhautschutzpläne können von den Internetseiten der verschiedenen Berufsgenossenschaften heruntergeladen und genutzt werden (siehe Nützliche Links auf der Rückseite).



SO VERWENDEN SIE SCHUTZHANDSCHUHE RICHTIG

- Handschuhe nur über saubere und trockene Hände ziehen
- Nur so lange wie nötig tragen
- Baumwollhandschuhe unterziehen, falls die Handschuhe länger als 10 bis 15 Minuten getragen werden
- Einmalhandschuhe nur einmal benutzen, sie verlieren sonst ihre Schutzwirkung!
- Bei chemikalienbeständigen Schutzhandschuhen die Stulpen umklappen – so fließt keine Flüssigkeit in die Handschuhe
- Handschuhe in der passenden Größe immer griffbereit halten

HANDSCHUTZ, HANDREINIGUNG, HANDPFLEGE

Für Menschen, die im Beruf viel mit hautbelastenden Stoffen zu tun haben, ist die regelmäßige Anwendung von Handschutz- und Handpflegepräparaten von großer Bedeutung.

SCHONENDES HÄNDEWASCHEN

Zur Reinigung werden seifenfreie, rückfettende Handwaschpräparate empfohlen, um eine Austrocknung der Haut der Hände durch Reinigungsprozeduren zu vermeiden.

Vermeiden Sie unbedingt die Hautbarriere belastende Seifen oder reibemittelhaltige Reinigungsprodukte, die zu Hautreizungen führen!



SCHÜTZEN UND PFLEGEN

Die empfohlenen Cremes und Salben sollten die Hautirritationen durch Arbeitsstoffe verringern, die Hautbarriere bei Feuchtigkeit stärken und das Entfernen von Verschmutzungen erleichtern. So stärken verschiedene Wirkstoffe (z. B. Ceramide und Lipide) gezielt die Hautbarriere und verhindern dadurch das Eindringen von irritativen oder allergieauslösenden Stoffen. Bestimmte natür-

liche Wirkstoffe wirken entzündungshemmend. Polidocanol oder Menthoxypropanediol behandeln effektiv den Juckreiz und verhindern eine Schädigung der Hautbarriere durch Kratzen.

Sorgfältiges Eincremen spielt hierbei eine große Rolle:



1. Creme auf den Handrücken auftragen



3. An die Fingerzwischenräume denken



2. Außen und innen gut einmassieren



4. Nagelfalze nicht vergessen

WAS HILFT BEI ARBEITSBEDINGTEM HANDEKZEM?

Rund die Hälfte aller Handekzeme ist berufsbedingt. Handekzeme können durch verschiedenste berufliche Tätigkeiten verursacht oder verschlimmert werden (siehe auch Tabelle S. 9).

Wenn eine Hauterkrankung als Berufskrankheit anerkannt ist, ist nicht die gesetzliche Krankenversicherung, sondern die gesetzliche Unfallversicherung (Berufsgenossenschaft, Unfallkasse) der zuständige Kostenträger für eine Behandlung. Selbst wenn Patient und Hautarzt der Meinung sind, dass das Handekzem durch die berufliche Tätigkeit verursacht oder verschlimmert wurde, ist jedoch nicht jedes Handekzem automatisch auch eine Berufskrankheit. Hintergrund ist, dass für die Anerkennung eines Handekzems als Berufskrankheit besondere Voraussetzungen erfüllt sein müssen.

Die gesetzliche Unfallversicherung übernimmt aber auch die Kosten für eine präventive Heilbehandlung und unterstützt die betroffenen Erkrankten bereits im Vorfeld, bevor das Handekzem so schwer ist, dass es als Berufskrankheit anerkannt wird: In Deutschland werden jährlich rund 20.000 Verdachtsfälle eines berufsbedingten Handekzems an die Unfallversicherung gemeldet, von diesen erfüllen nur rund 500 die Kriterien einer Berufskrankheit. Bei der überwiegenden Mehrzahl der übrigen (Verdachts)-Fälle leistet die Unfallversicherung dennoch unterstützende Maßnahmen in Form von Behandlung und Beratungen zum Hautschutz. Somit können die Betroffenen hautgesund ihrer beruflichen Tätigkeit weiter nachgehen.

Hierzu ist es aber erforderlich, dass der Verdacht des Vorliegens eines berufsbedingten Handekzems dem gesetzlichen Unfallversicherungsträger gemeldet wird. Diese Meldung erfolgt in den meisten Fällen durch den behandelnden Hautarzt mittels eines besonderen Formulars (Hautarztbericht). Voraussetzung ist, dass seitens des Hautarztes zumindest die Möglichkeit einer beruflichen Verursachung oder Verschlimmerung des Handekzems gesehen wird und dass das Einverständnis des betroffenen Patienten für die Meldung vorliegt.

WICHTIG:

Grundsätzlich ist jeder Arbeitnehmer, der in einem abhängigen Beschäftigungsverhältnis steht, einschließlich Aushilfen, geringfügig beschäftigten Personen, Auszubildenden und unter bestimmten Voraussetzungen auch Praktikanten gesetzlich unfallversichert und hat somit Anspruch auf die Leistungen der gesetzlichen Unfallversicherung. Neben den gewerblichen Berufsgenossenschaften (hiervon gibt es derzeit in Deutschland 9), die jeweils für bestimmte Branchen zuständig sind, gibt es die Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau sowie die Unfallkassen und Gemeindeunfallversicherungsverbände (diese sind regional gegliedert, hiervon gibt es derzeit in Deutschland 19), die Beschäftigte im öffentlichen Dienst versichern. Welche Berufsgenossenschaft oder Unfallkasse für Sie zuständig ist, kann Ihnen die Personalstelle Ihres Arbeitgebers mitteilen. Darüber hinaus hängt die Adresse des Trägers in jedem Betrieb am Schwarzen Brett aus.



TIPP

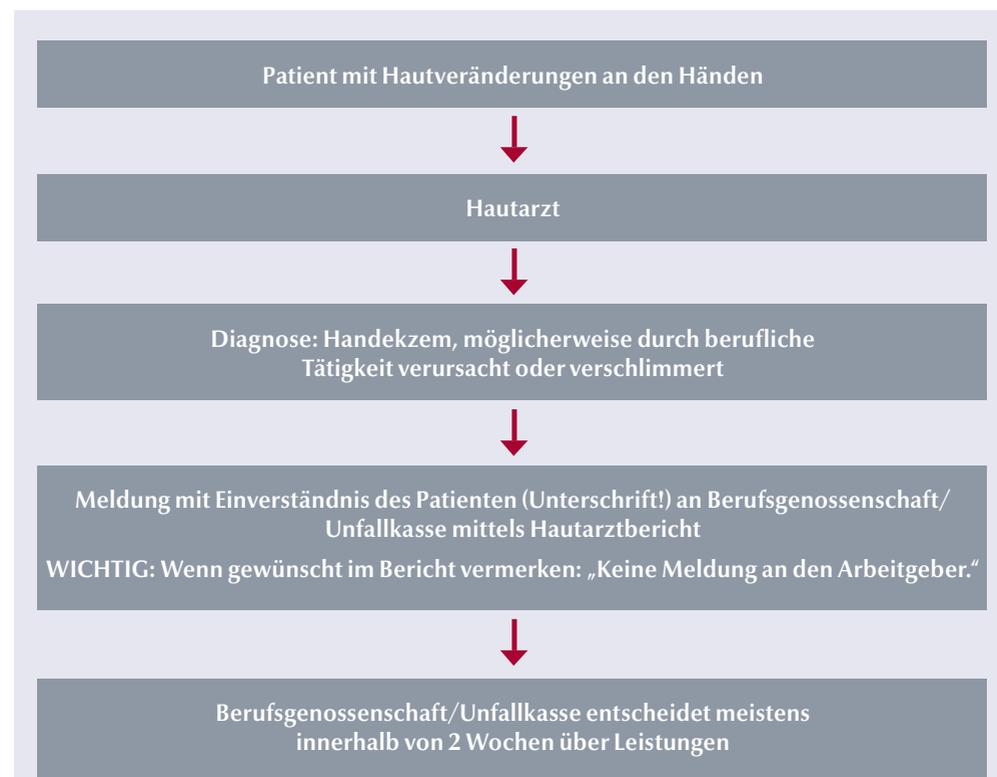
Wenn Sie den Verdacht haben, dass Ihr Handekzem beruflich verursacht sein könnte, sprechen Sie Ihren behandelnden Hautarzt auf die Möglichkeit der Meldung an die Berufsgenossenschaft oder Unfallkasse mittels Hautarztbericht an!



GUT ZU WISSEN

Grundsätzlich ist jeder Arbeitnehmer, der in einem abhängigen Beschäftigungsverhältnis steht, einschließlich Aushilfen, geringfügig Beschäftigten, Auszubildenden und unter bestimmten Voraussetzungen auch Praktikanten gesetzlich unfallversichert und hat somit auch Anspruch auf Leistungen der gesetzlichen Unfallversicherungen.

ABLAUF HAUTARZTVERFAHREN



VORTEILE FÜR DEN PATIENTEN:

- Heilbehandlung über 6 Monate, mehrmalige Verlängerung des Behandlungsauftrages möglich
- Betreuung in BG-Spezialsprechstunde, Leistungen wie bei Privatpatient, keine Budgetierung der Behandlung wie bei gesetzlicher Krankenversicherung
- keine Zuzahlung bei Medikamenten
- Basistherapeutika (Hautpflegemittel) kostenlos
- Einladung zum Hautschutzseminar (Hautschutzberatung), probeweise Ausstattung mit Hautschutz und Handschuhen
- falls erforderlich: stationäre Reha-Maßnahme in Spezialklinik
- Fahrkostenerstattung
- Wahrung rechtlicher Ansprüche

In Anlehnung an: Brans, R., Skudlik, C. (2019). Prävention des Handekzems. Hautarzt, 70: 797-803.

Skudlik, C., Breuer, K., Jünger, M., Allmers, H., Brandenburg, S., John, S. M. (2008). Optimierte Versorgung von Patienten mit berufsbedingten Handekzemen Hautarztverfahren und Stufenverfahren Haut der gesetzlichen Unfallversicherung. Hautarzt, 59: 690-695.

VORTEILE DES HAUTARZTVERFAHRENS

Stimmt die gesetzliche Unfallversicherung der Einschätzung des Hautarztes zu, dann erhält der Hautarzt in der Regel einen Behandlungsauftrag zur Behandlung des Handekzems. Für den Patienten bringt die Kostenübernahme durch die gesetzliche Unfallversicherung viele Vorteile mit sich:

- Sie ermöglicht bestimmte Behandlungsverfahren, die nicht zum Leistungskatalog gesetzlicher Krankenversicherungen gehören, soweit sie zur Behandlung des Handekzems geeignet sind.
- In der Regel kommt sie für die Kosten auf, die für Basistherapien oder Hautpflegepräparate anfallen.
- Patienten müssen keine Medikamentenzuzahlungen leisten.

■ Angebot ambulanter Hautschutzschulungsseminare. Darin werden die Betroffenen gezielt zu Hautschutzmaßnahmen inklusive Schutzhandschuhen beraten. Im gleichen Zuge werden sie häufig mit Hautschutzprodukten und Schutzhandschuhen ausgestattet.

■ Bei schweren oder hartnäckigen Handekzemen können Betroffene an einer stationären Rehabilitationsmaßnahme in einer spezialisierten Klinik teilnehmen.

Wissenschaftliche Untersuchungen haben gezeigt, dass durch diese Maßnahmen der Krankheitsverlauf bei Patienten mit arbeitsbedingten Handekzemen wesentlich gebessert und unter anderem die Notwendigkeit einer Berufsaufgabe und Umschulung deutlich gesenkt wird.



GUT ZU WISSEN

Das Maßnahmenpaket für Patienten mit berufsbedingten Handekzemen ist in der gesetzlichen Unfallversicherung unter dem Begriff des „Verfahrens Haut“ zusammengefasst. Weltweit ist dieses Verfahren, das für den betroffenen Patienten kostenlos ist, einzigartig.

QUELLENANGABEN

Bauer, A., Geier, J., Mahler, V., Uter, W. (2015). Kontaktallergien bei Erwerbstätigen in Deutschland. Ergebnisse des IVDK-Netzwerkes 2003–2013. *Hautarzt*, 66, 652–664.

Berthold, E., Weisshaar, E. (2019). Therapie des Handekzems. *Hautarzt*, 70 (10): 790–796.

Brans, R., Skudlik, C. (2019). Prävention des Handekzems. *Hautarzt*, 70 (10): 797–803.

Diepgen, T. L. (2012). Berufsbedingte Hauterkrankungen. *J Dtsch Dermatol Ges* 10: 297–316.

Diepgen, T. L., Elsner, P., Schliemann, S., Fartasch, M., Köllner, A., Skudlik, C., John, S. M., Worm, M. (2009). Leitlinie Management von Handekzemen. *J Dtsch Dermatol Ges* 7: Suppl. 3.

Mahler, V., Dickel, H. (2019). Wichtigste Kontaktallergene beim Handekzem. *Hautarzt*, 70 (10): 778–789.

Molin, S. (2019). Pathogenese des Handekzems. *Hautarzt*, 70 (10): 755–759.

Skudlik, C., Breuer, K., Jünger, M., Allmers, H., Brandenburg, S., John, S. M. (2008). Optimierte Versorgung von Patienten mit berufsbedingten Handekzemen: Hautarztverfahren und Stufenverfahren Haut der gesetzlichen Unfallversicherung. *Hautarzt*, 59: 690–695.

Skudlik, C., Weisshaar, E. (2015). Individuell ambulante und stationäre Prävention bei Berufsdermatosen. *Hautarzt*, 66 (3): 160–166.

Wilke, A., Skudlik, C., Sonsmann, FK. (2018). Individualprävention beruflicher Kontaktekzeme: Schutzhandschuhe und Hautschutzeempfehlungen im berufsgenossenschaftlichen Heilverfahren. *Hautarzt*, 69 (6): 449–461

NÜTZLICHE LINKS FÜR SIE ZUM WEITERLESEN:

■ <https://www.abderma.org/>

Homepage der Arbeitsgemeinschaft für Berufs- und Umweltdermatologie (ABD) in der Deutschen Dermatologischen Gesellschaft (DDG) mit Liste der auf die Behandlung berufsbedingter Handekzeme spezialisierten Hautärztinnen und Hautärzte (Zertifikat „Berufsdermatologie ABD“)

■ <https://www.bvdd.de/>

Homepage des Berufsverbandes der Deutschen Dermatologen (BVDD), mit vielen wertvollen aktuellen Tipps rund um das Thema Handekzem und Links zu Patienten- und Selbsthilfeorganisationen

■ <https://kurzelinks.de/8ysv>

<https://kurzelinks.de/7x12>

<https://kurzelinks.de/y7dh>

Vielzahl von Musterhautschutzplänen der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung (DGUV) und einzelner Berufsgenossenschaften (Berufsgenossenschaft für Gesundheitsdienst und Wohlfahrtspflege [BGW], Berufsgenossenschaft Nahrungsmittel und Gastgewerbe [BGN])

■ <https://www.wingisonline.de/handschuhdb/>

Handschuh-Datenbank des Gefahrstoff-Informationssystems der Berufsgenossenschaft der Bauwirtschaft (BG Bau)

■ <https://www.allergieinformationsdienst.de/>

Der Allergieinformationsdienst des Helmholtz Zentrums München mit Unterstützung des Bundesministeriums für Gesundheit bietet aktuelle, wissenschaftlich geprüfte Informationen aus allen Bereichen der Allergieforschung und Allergologie – u. a. zum Handekzem – in für Patienten verständlich aufbereiteter Form.