



Fotografin: K. Rejger

R. Moser, A. Pöschl, G. Jungmayer, A. Schamesberger



Dr. Rosemarie Moser

Fachärztin für Haut- und Geschlechtskrankheiten

Diplom für Reise- und Tropenmedizin

Tel. 02682 64449, Fax. 02682 64549

A-7000 EISENSTADT, Hauptstr. 12; E-Mail: rosemarie.moser@aon.at, www.drmoser.at

M E R K B L A T T

für Patienten mit Handekzem

Sie leiden an einem akuten oder chronischen Handekzem. Zu der Behandlung durch Ihren Hautarzt gibt es Maßnahmen, die die Abheilung begünstigen und erneuten Krankheitsschüben vorbeugen.

1. Zum **Händewaschen** nur lauwarmes Wasser, milde parfümfreie Seife oder Flüssigsyn-dets benutzen. Sorgfältig mit klarem Wasser nachspülen und gut abtrocknen, insbeson-dere Fingerzwischenräume.
2. Zur **Handreinigung**, auch bei stärkerer Verschmutzung, möglichst keine Handwasch-pasten oder Bürsten benutzen.
3. Nach jedem Händewaschen **Hautpflege** mit einer pflegenden Creme durchführen (dünn auftragen und gut einmassieren).
4. Bei Wasserkontakt oder Hausarbeit sollten **Ringe** nicht getragen werden. Die Innenseite der Ringe sollte häufiger mit warmen Wasser und einer Bürste gereinigt werden.
5. **Wäsche** möglichst nur in der Waschmaschine waschen, Spülgang evtl. wiederholen, um verbleibende Waschmittelreste zu entfernen.
6. Vermeiden Sie den direkten Hautkontakt mit **Waschmitteln** (flüssig oder fest) und star-ken **Reinigungsmitteln**.
7. Zum **Geschirrspülen** nach Möglichkeit laufendes warmes Wasser und geringe Mengen eines milden Geschirrspülmittels verwenden. Am besten ist der Gebrauch einer Ge-schirrspülmaschine.
8. Vermeiden Sie den direkten Hautkontakt mit organischen **Lösungsmitteln** und **Fle-ckenentfernern**: Alkohol, Benzin, Terpentin, Spiritus, Petroleum, Verdünner.
9. Keine **Polituren** (Metall-, Boden-, Auto-, Möbelpolitur, Bohnerwachs, Schuhcreme, Fens-terputzmittel) auf die Haut bringen.
10. Schälen oder pressen Sie Zitrusfrüchte, Tomaten und frische Kartoffeln nicht mit bloßen Händen.
11. In der akuten Phase des Handekzems sollten Sie bei der **Haarwäsche** Plastikhandschu-he tragen oder sich die Haare waschen lassen. Das gleiche gilt für die Anwendung von Haarlotionen und -cremes sowie Färbe- oder Bleichmitteln.
12. Schützen Sie sich vor **Kälte** mit Handschuhen.
13. Wenn sich der direkte Kontakt mit hautreizenden Stoffen oder längerer Wasserkontakt

nicht vermeiden lässt, tragen Sie **Handschuhe** aus **Plastik oder PVC - nicht aus Gummi!** Sie sollten nicht länger als 20 Minuten getragen werden. Falls die Hände feucht werden, müssen Sie die Handschuhe ausziehen, auf links wenden, mit klarem Wasser abspülen und an der Luft trocknen lassen. Das Unterziehen von **Baumwollhandschuhen** empfiehlt sich bei längeren Arbeiten. Auch diese häufig wechseln, waschen und gut nachspülen.

14. Ihre Haut hat während des Ekzems, aber auch in der Heilungsphase eine geringe **Widerstandskraft**. Beachten Sie bitte die oben genannten Punkte für ein halbes Jahr nach Heilung des Ekzems.