



Wissen

Die Haut ist flächenmässig das grösste (je nach Körperrumfang und Körpergrösse 1,5 m²), das schwerste (bis zu 10 kg) und funktionell das vielseitigste Organ des menschlichen Organismus. Sie dient der Abgrenzung von Innen und Aussen (Hüllorgan), dem Schutz vor Umwelteinflüssen, der Repräsentation, Kommunikation und Wahrung der Homöostase (inneres Gleichgewicht). Auch übernimmt die Haut wichtige Funktionen im Bereich des Stoffwechsels und der Immunologie und verfügt über vielfältige Anpassungsmechanismen. Die Haut verträgt den pH-Wert von 5,5 am besten.

Summe aller Massnahmen = Hautschutz

Die Summe der Massnahmen für den Hautschutz ergibt sich aus 3 Stufen:

1. Hautschutz

Hautschutzcremes oder Lotions sollten regelmässig vor der Belastung bei Arbeitsbeginn auf die sauber und gereinigte Haut aufgetragen werden. Sie können flüssigkeitsabweisend sein, gegen Trockenheit, Fette und Öle schützen, die Reinigung erleichtern sowie Hautquellung und Schweissbildung vermindern.



2. Hautreinigung

Bei jeder Arbeitsunterbrechung und bei Arbeitsende sollte die Haut von sichtbarer und unsichtbarer Verschmutzung gesäubert werden. Möglichst keine lösungsmittelhaltigen und scheuernden Produkte verwenden. Der beste Schutz ist, die Regenerationsfähigkeit der Haut nicht zu stören.



3. Hautpflege

Zur Regeneration braucht die Haut Ruhe. Dieser Prozess wird beschleunigt durch Verwendung von pflegenden und fettenden Cremes oder Lotions nach jeder Beanspruchung der Haut.

