



In Alltag und Beruf: So bleiben die Hände gesund

Chronische Handekzeme zählen zu den häufigsten Erkrankungen bei Erwerbstätigen. Etwa jeder zehnte Bundesbürger leidet daran. Was ist die Ursache? Wie kann man vorbeugen? Wie ist die Vorgehensweise beim Verdacht auf ein berufsbedingtes Handekzem und welche Therapien können helfen? Eine neue Broschüre und Internetseite der Deutschen Haut- und Allergiehilfe e.V. beantwortet ausführlich die wichtigsten Fragen zu der chronisch-entzündlichen Hauterkrankung.

■ Wer schon einmal mit einem Kratzer an der Hand eine Mandarine geschält hat, weiß: Selbst kleinste Wunden können heftig brennen. Beim chronischen Handekzem gehört das zum Alltag. Etwa zehn Prozent der Bevölkerung in Deutschland leiden an der entzündlichen Hauterkrankung. Ein einheitliches Krankheitsbild gibt es nicht. Häufig kommt es zu schuppenden Hautveränderungen, Hautrisen, Entzündungen und Verhornungen. Je nach Auslöser können aber auch juckende Bläschen das vorherrschende Symptom sein. Ein quälender Juckreiz und Schmerzen beim Zufassen können den Alltag massiv beein-

trächtigen. Unter Umständen müssen die Betroffenen sogar ihre berufliche Tätigkeit aufgeben. Studien zufolge ist fast jeder dritte Patient mit einem Handekzem zumindest vorübergehend arbeitsunfähig. Kein Wunder also, dass das chronische Handekzem zu den am häufigsten gemeldeten Erkrankungen bei Erwerbstätigen zählt.

Formen, Ursachen und Auslöser

Die Ursachen und Auslöser eines Handekzems sind vielfältig und die verschiedenen Formen sind nicht immer eindeutig voneinander zu trennen. Meist greifen mehrere Faktoren

ineinander, die sich in ihrer Wirkung gegenseitig verstärken.

In der Regel liegt der Erkrankung aber eine wiederholte Schädigung der Hautbarriere zugrunde. Hautreizende und allergieauslösende Stoffe haben dann leichtes Spiel, in die Haut einzudringen und ein Ekzem auszulösen oder zu verstärken. Menschen mit einer genetischen Veranlagung zu Allergien (Atopie) sind besonders gefährdet, unter diesen Umständen ein Handekzem zu entwickeln.

Gesunde Haut hält einiges aus: Ein Schutzfilm aus Fett und Wasser, der

sogenannte Hydrolipidfilm, bewahrt sie vor dem Austrocknen und wehrt schädliche Bakterien ab. Darunter liegt die Hornschicht. Ihr Aufbau lässt sich mit dem einer Mauer aus Ziegelsteinen und Mörtel vergleichen. Dabei stellen die Hornzellen die Ziegelsteine dar, die Hornfette den Mörtel. Der stabile Verbund aus Hornzellen und Fetten hindert Fremdstoffe wie Bakterien, Schadstoffe und Allergene daran, in die Haut einzudringen. Gleichzeitig wird die Abgabe von Feuchtigkeit nach außen reguliert. Aufgrund dieser Funktionen spricht man auch von einer Hautbarriere.

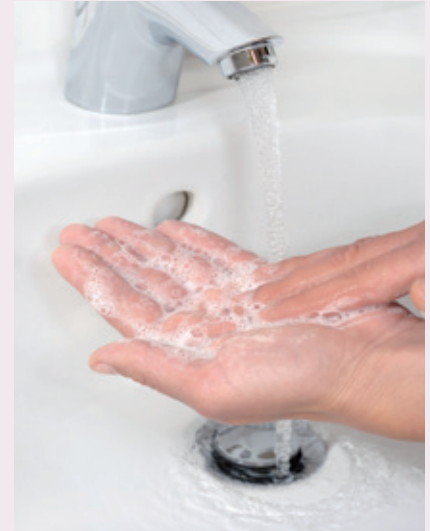
Verschiedene Faktoren können dazu führen, dass der Hydrolipidfilm auf der Haut beeinträchtigt wird. Ein Teil der Fette zwischen den Hornzellen geht verloren, die Hautbarriere wird brüchig. In der Folge kann die Haut Feuchtigkeit schlechter speichern, wird trocken und empfindlich. Fehlt die Gelegenheit zum Regenerieren, ist der Grundstein für ein Handekzem gelegt.

Dauerbelastung im Beruf

In vielen Fällen kann die Erkrankung auf eine berufliche Tätigkeit zurückgeführt werden, bei der die Hände täglich starken Belastungen ausgesetzt sind. Ein erhöhtes Risiko für Handekzeme tragen u. a. Friseure, Fliesenleger, Floristen, Maschinisten sowie Beschäftigte in Gesundheitsberufen und metallverarbeitenden

Die Hautbarriere leidet u. a. unter folgenden Belastungen:

- ▶ falscher und zu häufiger Hautreinigung
- ▶ dauerhaft feuchtem Milieu, z. B. durch längeres Tragen von Schutzhandschuhen
- ▶ häufigem Kontakt mit Wasser, Seifen, Reinigungsmitteln, Lösemitteln
- ▶ direktem Hautkontakt mit Säuren und Laugen
- ▶ Druck und Abrieb, z. B. durch handwerkliche Tätigkeiten



Betrieben. In diesen Berufen haben die Hände häufig Kontakt zu Wasser, Reinigungs- und Lösungsmitteln oder anderen hautreizenden Substanzen. Auch wenn z. B. im Labor über längere Zeit luft- und wasserundurchlässige Schutzhandschuhe getragen werden, kann die oberste Hornschicht der Haut aufquellen, so dass die Hautbarriere durchlässiger wird. Typische Anzeichen für ein Handekzem sind Rötungen, kleine schmerzhafte Hautrisse, juckende Bläschen oder auch Schuppenbildung und Verhornungen.

Frühzeitig zum Hautarzt

Mit Fortschreiten der Erkrankung kann einfaches Zufassen und erst recht die Ausübung der beruflichen Tätigkeit zur Qual werden. Damit es nicht zur Berufsunfähigkeit kommt,

ist es wichtig, erste Hautveränderungen zu erkennen und frühzeitig einzugreifen, um die Entwicklung eines chronischen Handekzems möglichst zu verhindern. Nicht alle Erkrankungen der Hände sind Ekzeme. Daher ist eine fachgerechte Diagnose durch den Hautarzt äußerst wichtig. Am Anfang der Diagnostik steht ein ausführliches Gespräch mit dem Arzt, in dem nach möglichen Auslösern geforscht wird. Am besten, Betroffene machen sich vor dem Arzttermin Gedanken darüber, mit welchen Stoffen ihre Hände zu Hause und bei der Arbeit häufig in Berührung kommen. In der Regel wird der Arzt darüber hinaus verschiedene Allergietests durchführen. Außerdem können weitere Untersuchungen notwendig sein, um andere Hauterkrankungen wie eine Pilzinfektion oder eine Schuppenflechte auszuschließen.

Hautarztverfahren

Besteht der begründete Verdacht, dass es sich um ein beruflich bedingtes Handekzem handelt, sollte der Hautarzt in Abstimmung mit dem Patienten das „Hautarztverfahren“ einleiten. Dadurch erhält der Betroffene u. a. Unterstützung durch die Berufsgenossenschaft, die z. B. in Zusammenarbeit mit dem Arbeitgeber Maßnahmen für einen besseren Hautschutz veranlasst. Außerdem bietet die Berufsgenossenschaft Hautschutzseminare an und übernimmt die Kosten für bestimmte Hautschutzmittel.

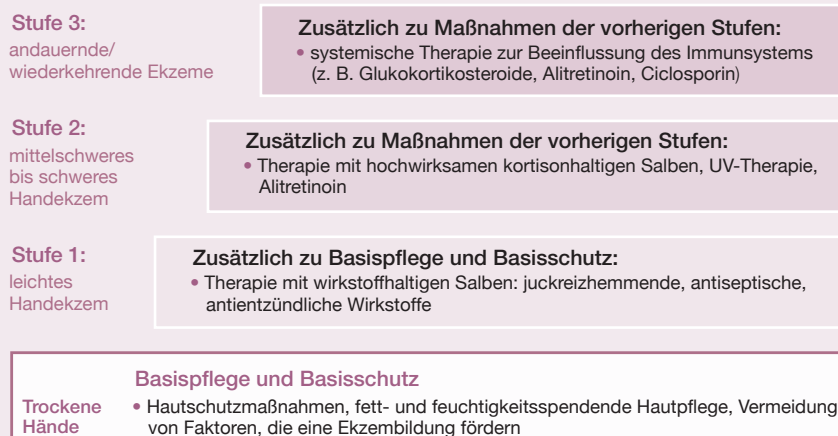
Nach § 3 der Berufskrankheitsverordnung kann der Arzt auch Medizinprodukte zur Basispflege auf BG-Rezept, also zulasten der Berufsgenossenschaft, verordnen: „Besteht für einen Versicherten die Gefahr, dass eine Berufserkrankung entsteht, wiederauflebt oder sich verschlimmert, so hat der Träger der Unfallversicherung mit allen geeigneten Mitteln dieser Gefahr entgegenzuwirken.“ Wenn all diese Maßnahmen nicht ausreichen, um die Arbeitskraft wiederherzustellen und zu erhalten, finanziert die Berufsgenossenschaft eine berufliche Umschulung.

Behandlung

Die Deutsche Gesellschaft für Dermatologie (DDG) empfiehlt in der Leitlinie zum Management von Handekzemen ein stufenweises Vorgehen (siehe Grafik). Die einzelnen Therapiemaßnahmen bauen aufeinander auf und werden abhängig vom Schweregrad des Handekzems ergänzt: zunächst antientzündliche, antiseptische und juckreizstillende Salben, dann immunmodulierende Wirkstoffe und UV-Therapien und bei schwerer Ausprägung auch innerlich wirkende Medikamente. Konsequenter Hautschutz und die regelmäßige Basistherapie gehören immer dazu. Denn nur so können Risikofaktoren für ein Handekzem wirkungsvoll ausgeschaltet und die Voraussetzungen für Heilungsprozesse der Haut geschaffen werden.

Eine wichtige Maßnahme zum Hautschutz ist das Tragen von Schutz-

Stufentherapie des Handekzems gemäß den Leitlinien



handschuhen bei allen Tätigkeiten, bei denen die Hände längerer Zeit Wasser oder Reizstoffen ausgesetzt sind. Sollte dies nicht möglich sein, müssen die Hände sorgfältig mit speziellen Hautschutzmitteln eingecremt werden. Ebenso unverzichtbar ist die gründliche, aber schonende Hautreinigung. Hilfreich sind z. B. pH-hautneutrale

Reinigungsprodukte mit rückfettenden Substanzen und Feuchthaltefaktoren sowie Zusätzen, die Entzündungen entgegenwirken und den Juckreiz stillen. Außerdem muss die Haut idealerweise mehrmals täglich eingecremt werden, damit sie mit Fett- und Feuchthaltestoffen versorgt wird und regenerieren kann. ■

Weitere, ausführliche Informationen zum Thema Handekzem



Die Broschüre „Chronisches Handekzem: Erkennen, vorbeugen, behandeln“ und die neue Website www.dha-handekzem.de richten sich an jeden, der seine Hände in Alltag oder Beruf stark strapaziert, an Menschen mit empfindlicher Haut und an Allergiepazienten.

Zunächst werden die Zusammenhänge zwischen Hautbelastung, akuten Auslösern und Ekzembildung erklärt. Für Berufstätige ist der Exkurs zum Thema Hautarztverfahren interessant: Dort wird erläutert, was beim Verdacht auf ein beruflich bedingtes Handekzem zu tun ist und welche Ansprüche ein betroffener Arbeitnehmer geltend machen kann. Besonderes Augenmerk gilt dem Hautschutz: Die Bedeutung von Handschuhen, Hautschutzmitteln und Hautpflegemaßnahmen steht dabei im Vordergrund. Schließlich werden ausführlich die Behandlungsmöglichkeiten dargestellt – vom täglichen Eincremen bis hin zu äußeren und inneren Therapieformen. Ein übersichtlicher Hautschutzplan und weiterführende Informationen runden das Angebot ab.

Interessierte können die Broschüre kostenfrei postalisch oder im Internet bei der DHA anfordern: Deutsche Haut- und Allergiehilfe e.V., Heilsbachstraße 32, 53123 Bonn, www.dha-handekzem.de. Im Internet steht die Broschüre auch zum kostenlosen Download zur Verfügung.

Die Broschüre und die Internetseite wurden mit Unterstützung der Pierre Fabre Dermo-Kosmetik GmbH realisiert.