

Deutlich häufigeres Auftreten von Handekzemen

Das Händewaschen und das Desinfizieren in der Corona-Krise – Symptomerkenkung und Vorbeugung durch richtige Pflege

Beim Handekzem handelt es sich um eine entzündliche Hauterkrankung, die nicht ansteckend ist. Durch das Einwandern von Entzündungszellen in die Oberhaut, die sogenannte Epidermis, kommt es zu einer Rötung, Schwellung, manchmal zu kleinen wässrigen Bläschen und später zu trockener, schuppender Haut sowie manchmal zu schmerzhaften Rissen (sogenannten Rhagaden) in der Haut.

Typischerweise juckt das Handekzem stark. Betroffene leiden nicht nur unter dem oft ausgeprägten Juckreiz, sondern auch darunter, dass sie von ihrem Umfeld gemieden werden aus Angst, dass es sich um eine ansteckende Krankheit handeln könnte. Das Handekzem kann verschiedene Ursachen haben – eine davon ist eine gestörte Hautschutzbarriere durch eine hohe Feuchtbelastung der Hände. «Aufgrund der aktuellen Situation mit der Corona-Krise sehen wir etwa zehnmal mehr Handekzeme durch Austrocknung aufgrund von Händewaschen und -desinfizieren als zuvor», sagt Dr. med. Tobias Plaza vom Hautzentrum Uster. «Vor der Krise waren von dieser Form des sogenannten kumulativ-subtoxischen Handekzems vor allem Personen mit entsprechenden Berufen wie Köche, Ärzte oder Pflegepersonal betroffen, aber jetzt haben wir Patienten aller Altersgruppen, die durch vermehrtes Händewaschen unter



Legende

der Erkrankung leiden», so der Facharzt weiter. Wichtig sei es daher, dass bei dem häufigen Händewaschen auch das Eincremen der Hände nach dem Waschen nicht zu kurz komme. Dafür eignen sich primär handelsübliche Handcrèmes, für Menschen mit empfindlicher Haut empfehlen sich spezielle hypoallergene Handcrèmes aus der Apotheke oder der Drogerie. Handcrèmes mit Urea speichern die Feuchtigkeit besonders gut in der Haut, können aber bei empfindlicher Haut brennen. «Optimalerweise sollten Sie die Hände nach jedem Waschen, zumindest aber dreimal täglich eincremen», empfiehlt Plaza und ergänzt: «Auch beim Tragen von Einmalhandschuhen schwitzt man unter den Handschuhen, was wiederum die Hautschutzbarriere schädigt, wenn man nicht ausreichend crèmt.»

Die Austrocknung durch häufiges Händewaschen ist allerdings nicht die einzige mögliche Ursache eines Handekzems: So kann es auch Kontaktallergien auf Desinfektionsmittel, Handschuhe (insbesondere Latex) oder Handcrèmes geben. Daher ist im Zweifel eine Vorstellung zur weiteren Abklärung beim Dermatologen wie beispielsweise im Hautzentrum Uster sinnvoll. Wenn ein Handekzem bereits besteht, helfen meist nur verschreibungspflichtige entzündungshemmende Crèmes mit Kortison oder Calcineurin-Inhibitoren. Diese verhindern wie eine Barriere, dass die Entzündungszellen in die Oberhaut einwandern, sodass das Handekzem zur Abheilung kommt. Die modernen Crèmes dringen nicht in den Kreislauf ein und haben einen sehr hohen therapeutischen Index. Das bedeutet, dass sie bei richtiger Anwendung kaum örtliche Nebenwirkungen haben und dabei sehr gut wirken. Im Anschluss wird häufig neben intensiver Pflege eine Intervalltherapie über mehrere Wochen durchgeführt, um ein schnelles Wiederauftreten des Ekzems zu verhindern.

«Patienten, die unter einem Handekzem leiden, empfehle ich auf jeden Fall die Vorstellung bei einem Hautarzt, da die richtige Behandlung vom Facharzt inklusive eines langfristigen Pflegemanagements entscheidend ist für den Behandlungserfolg», betont Plaza. «Die Tipps zur Vorbeugung sollten Sie jedoch unbedingt auch dann befolgen, wenn Sie noch nicht unter einem Handekzem leiden und die Hände nun gemäss den Empfehlungen des Bundesrats öfter waschen und desinfizieren», rät der Dermatologe abschliessend.



Dr. med. Tobias Plaza (Fotos: PD)

Dr. med. Tobias Plaza

Facharzt für Dermatologie und Venerologie, Uster



Haut.Venen.Allergie. | ZENTRUM BRUNNEHOF

Haut.Venen.Allergie.Zentrum Brunnenhof

Oberlandstrasse 100
8610 Uster

Telefon 044 9404949

www.hautzentrum-uster.ch

Tipps zur Handpflege in der Krise:

- Waschen Sie die Hände regelmässig und ausgiebig, wie es vom BAG empfohlen wurde.
- Verwenden Sie rückfettende Waschlotionen. Möglichst mit antiseptischer Wirkung.
- Crèmen Sie die Hände nach jeder Handwäsche, mindestens jedoch dreimal täglich, mit einer Handcrème ein.