

Hautpflege in Corona-Zeiten besonders wichtig Angegriffene Hände und Gesichtshaut schützen

Mainz, den 19. Januar 2021 – Häufiges Händewaschen, Desinfektionsmittel und das Tragen von Mund-Nase-Masken beanspruchen in der Corona-Pandemie besonders die Haut an Händen und im Gesicht unter der Maske. Hautreizungen und -irritationen wie Pickelchen oder Rötungen nehmen zu. Hinzu kommt, dass die Haut in der kalten Jahreszeit durch eine verminderte Talgproduktion ohnehin empfindlicher ist. Apothekerverband Rheinland-Pfalz – LAV weist darauf hin, dass eine milde und rückfettende Hautpflege die stark beanspruchten Partien entlasten kann.

Im Winter neigt Haut generell dazu, trockener zu sein, weil sie hohen Temperaturunterschieden zwischen drinnen und draußen ausgesetzt ist. Auch Heizungsluft sowie fehlendes Sonnen- und Tageslicht wirken sich negativ aus. Die Haut reagiert mit Rötungen, sie spannt, wird gegebenenfalls rissig und juckt. Die verstärkten Hygienemaßnahmen wie längeres und regelmäßiges Händewaschen werden zu einer zusätzlichen Belastung, weiß Petra Engel-Djabarian, Mitglied des Vorstandes des Apothekerverbandes Rheinland-Pfalz – LAV: „Das häufige Händewaschen weicht unsere obere Hautschicht auf – gleiches passiert, wenn wir unter den Masken schwitzen. Die Hautbarriere ist dann quasi nicht mehr ganz dicht. Es entstehen feine Risse und Entzündungen können dort ausbrechen.“ Darum sei eine wichtige Maßnahme, die Hände nach jedem Waschen wirklich gut abzutrocknen. Auch die Masken sollten häufiger gewechselt werden, um keine Staufeuchte entstehen zu lassen.

Wenn die Hände rau und spröde werden, oder gar juckende, gerötete Risse zeigen, ist es wichtig, gegenzusteuern: „Milde und ph-neutrale Seifen greifen den Hautschutzmantel nicht so an. Nach dem Händeabtrocknen tut eine rückfettende und nicht parfümierte Handcreme gut. Achten Sie vielleicht auch auf den Zusatz von Urea, also Harnstoff, um Feuchtigkeit in der Haut zu bewahren. Geeignet sind auch reizlin-dernde Zusätze wie Omega-3 Fettsäuren und auch ätherische Öle wie Rosen- oder

Kamillenöl oder Allantoin“, empfiehlt die Apothekerin. Bei Pickelchen und Rötungen im Maskenbereich kann manchmal eine Reduzierung der Hauptpflege- und Makeup-Produkte helfen. „Oftmals tun gerade Frauen zu viel des Guten an Gesichtspflege. Auch eine Überversorgung der Haut mit vielen Produkten kann schaden“, so Engel-Djabarian. Auch hier sollten seifenfreie und milde Produkte zum Einsatz kommen. Die Tagespflege solle die Rückfettung der Haut unterstützen. Wo erste Symptome sichtbar werden, können antiseptische Pflegecremes, oder auch desinfizierende Wund- und Heilcremes aus der Apotheke helfen, die Entzündungen einzudämmen. Halten die Risse, Sprödigkeit und der Juckreiz länger an, sollte ein Hautarzt aufgesucht werden. „Dann muss vielleicht mit einer vom Arzt verordneten kortisonhaltigen oder antibiotischen Creme die Entzündung behandelt und gestoppt werden“, rät die Apothekerin.

Über uns:

Der Apothekerverband Rheinland-Pfalz e. V. – LAV vertritt die Interessen der selbstständigen Apothekerinnen und Apotheker in Rheinland-Pfalz. Er ist Vertragspartner der Krankenkassen und schließt mit diesen Verträge ab. Von den gut 1.000 Apothekenleitern sind rund 95 Prozent freiwillige Mitglieder im Verband.

Ihre Interviewwünsche und Rückfragen richten Sie bitte an:

Apothekerverband Rheinland-Pfalz e. V. - LAV

Frank Eickmann, Pressesprecher

Terrassenstr. 18 | 55116 Mainz

Tel.: 06131 2049116

E-Mail: presse@lav-rp.de

web: www.lav-rp.de