

Hautpflege in Corona-Zeiten besonders wichtig

Angegriffene Hände und Gesichtshaut schützen

Stuttgart, 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. Der Landesapothekerverband 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 Friederike Habighorst-Klemm aus dem Vorstand des Landesapothekerverbandes: „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 Habighorst-Klemm. 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.

Info:

Zu diesem Thema bieten wir Ihnen auch ein [Video](#) und eine [Audio-News-Meldung](#) an. Sie sind auf www.apotheker.de im Pressebereich abgelegt.

Der Landesapothekerverband Baden-Württemberg e. V. setzt sich für die unabhängige Beratung von Patienten, Gesundheitsprävention und die sichere Abgabe von Arzneimitteln ein. In Baden-Württemberg gibt es rund 2.400 öffentliche Apotheken. Der Verband vertritt die wirtschaftlichen und politischen Interessen seiner Mitglieder. Um das Wohl der Patienten kümmern sich im Land neben den approbierten Apothekerinnen und Apothekern auch rund 15.000 Fachangestellte, überwiegend Frauen, in Voll- oder Teilzeit. Der Landesapothekerverband Baden-Württemberg e. V. ist zertifiziert nach DIN EN ISO 9001:2015.

Ihre Interviewwünsche und Rückfragen richten Sie bitte an:

Landesapothekerverband Baden-Württemberg e. V.
Frank Eickmann

T.: 0711 22334-77, F.: -99

<mailto:presse@apotheker.de>

Weitere Informationen unter www.apotheker.de

Jetzt Fan werden: Landesapothekerverband Baden-Württemberg e. V. auf www.facebook.de