



Handkzemen nach dem STOP-Prinzip vorbeugen

Das STOP-Prinzip ist ursprünglich im Arbeitsschutz angesiedelt, lässt sich aber auch auf den Hautschutz zuhause, in der Schule oder im Büro anwenden. Es steht für Substituieren, also Ersetzen von Gefahrenquellen, sowie technische, organisatorische und personenbezogene Maßnahmen.

Substituieren: Wenn es darum geht, die Ausbreitung von Keimen einzudämmen, müssen die Hände nicht unbedingt gewaschen werden – es genügt auch, sie mit einem Händedesinfektionsmittel zu behandeln. Anders als oft vermutet ist dies die hautschonendere Variante. Zwar löst der im Desinfektionsmittel enthaltene Alkohol vorübergehend die Hautfette. Anders als beim Waschen mit Wasser und Seife verbleiben diese aber auf der Haut und ziehen nach Verdampfen des Alkohols wieder ein. Doch auch beim Händewaschen gibt es Stellschrauben: Anstelle alkalischer Seifen sollten milde Waschlotionen mit einem hautfreundlichen pH-Wert und rückfettenden Ölen sowie Feuchthaltefaktoren wie Glycerin gewählt werden. **Das Motto lautet: So viel wie nötig, so mild wie möglich!**

Technische Maßnahmen: Technische Maßnahmen haben zum Ziel, Mensch und Gefahrstoff mittels technischer Hilfsmittel voneinander zu trennen. Ein einfaches Beispiel aus dem Alltag sind Automatik- oder offenstehende Türen, die das Berühren von Türklinken – und damit das anschließende Händewaschen oder desinfizieren überflüssig machen. **Das Motto lautet: Türen auf!**

Organisatorische Maßnahmen: Wer ein wenig mitdenkt und seine täglichen Gewohnheiten auf ihre Hautbelastung prüft, kann einiges zum Hautschutz beitragen. So ist es zwar wichtig, nach dem Einkaufen oder Busfahren die Hände zu waschen. Doch wer lediglich einen Spaziergang unternommen hat, ohne mit anderen Menschen oder Gegenständen in Kontakt zu kommen, kann darauf verzichten. **Das Motto lautet: Gewohnheiten überdenken!**

Personenbezogene Maßnahmen: Schutzhandschuhe, Hautschutzmittel und Hautcremes fallen in die Kategorie der personenbezogenen Maßnahmen. Das gilt für den großen Hausputz genauso wie für die Arbeit professioneller Reinigungskräfte, für den Heimwerker ebenso wie für den Metallarbeiter. Gerade in Corona-Zeiten sollte zudem an jedem Waschbecken eine Handcreme bereitstehen, die der Haut verlorene Fettstoffe zurückgibt und die Hautbarriere möglichst gesund erhält. **Das Motto lautet: Hautschutz ist auch zuhause wichtig!**