

Viden om: Vand og sæbe – før, under og efter

Susan Lysdal fra Videncenter for Frisører og Kosmetikere har i sin forskning vist, at kun ca. 10 % af frisørerne har handsker på, når de vasker hår før en klipning. Samtidigt viser Susans tal, at små 90 % frisørerne har våde hænder i mere end 2 timer dagligt og over 50 % i mere end 4 timer om dagen. Udsættes huden for vand og sæbe i så lang tid, er der stor risiko for at udvikle håndeksem. Her kommer nogle gode råd til, hvordan du kan forebygge eksem i din salon – før, under og efter.

Før – tilrettelæg arbejdet

Vådt arbejde udsætter huden for "stress". Jo bedre tilstand huden er i, inden hænderne kommer i vand, desto mindre er risikoen for, at stressen udvikler sig til eksem eller det, der er værre. Med god tilrettelæggelse af arbejdet kan risikoen gøres ubetydelig.

Snak med medarbejderne om, hvordan deres hud har det. Det er bedre at gribe ind over for en begyndende eksem end at skulle undvære en medarbejder i længere tid og måske, i yderste instans, skulle betale arbejdsskade-erstatning. At snakke med medarbejderne om deres hud hører med til god omsorg.

Dojer en medarbejder med huden, så tag et kig på det sammen med medarbejderen. Måske det er tid for medarbejderen at søge læge for at få kompetent rådgivning om beskyttelse af huden.

Beskyt hænderne mod daglige påvirkninger og belastninger så godt det er muligt. Tilstræb at medarbejderens arbejdsforhold ændres, så stressen bliver så lille som muligt, og læg pauser ind, hvor hænderne har mulighed for at tørre og blive smurt ind i creme.

Se også til at medarbejderens arbejde med vand er hensigtsmæssig. Er der forhold, der kan ændres, når medarbejderen vasker hår, for eksempel har hun hænderne for lang tid i vand, eller har hun ringe på fingrene? Er der andre opgaver, som medarbejderen i en periode kan sættes til at udføre, som ikke indebærer, at hænderne skal i vand? Bruger medarbejderen handsker på den rigtige måde? Husker hun at bruge fugtighedscreme?

Før – hold huden hel

En god fugtighedscreme er alfa og omega for hudens pleje. Cremen hjælper med at holde huden hel, når hudens eget fedt kommer i underskud. Sæbe er verdensmester i at fjerne fedt og fjerner lige så gerne fedtet på huden som fedt i snavs. Når hudens fedtstof er væk, kan vand lettere trænge ind i huden sammen med sæbe og snavs og anrette endnu større skade.

Fugtighedscremen er en erstatning for hudens eget fedt. Cremen lægger sig som et

tæt lag over huden og trænger ned i sprækker og fylder dem ud, så vandet får sværere ved at trænge ind. Brug derfor creme morgen, midt og aften og ind imellem, hvis din hud er tør eller har revner. Fordel cremen grundigt over det hele på begge hænders overflader, mellem fingrene, i hudfolder, rundt om neglene, på håndryggen og håndledet og så videre – på samme måde som en grundig håndvask.

Og giv cremen tid til at blive fordelt ordentligt og tørre ud. Det giver den bedste beskyttelse, og du undgår at fedte dine arbejdsredskaber ind, så du får et dårligt greb om dem.

Vælg cremen med omhu. Hvis cremen ikke er god, er det falsk tryghed. Snak derfor med din leverandør, om hun har en god creme, som kan hjælpe medarbejderen, og vær ekstra opmærksom på allergener – er huden stresset, kan eksempelvis parfumestoffer og konserveringsmidler gøre ondt værre. Du kan eventuelt søge yderligere rådgivning hos Videncenter for Frisører og Kosmetikere, som har stor viden på det område.

Under – brug handsker

Fugtighedscremer kan ikke erstatte beskyttelseshandsker. Med handsker kan du holde huden hel, selv om du arbejder med vand og sæbe. Men det kræver at du har de rigtige handsker, og at du bruger dem korrekt.

Når du bruger handsker gælder huskereglen: brug handsker i så lang tid det er nødvendigt, men i så kort tid som muligt.

Med så lang tid som nødvendigt menes, at du altid skal have dem på, når du arbejder vådt, med kras kemi eller med snavs, og især hvis dine hænder ikke er i topform. Så kort tid som muligt fordi handsker holder vandet ude, men også vandet inde. Den fugt, dine hænder afgiver inden i handskerne, opløder dine hænder lige så meget som vandet uden for. Kan du mærke, hænderne bliver fugtige i handskerne, så tag dem af. Er du nødt til at fortsætte arbejdet, så tag nye på. Det samme gælder, hvis du får sæbevand ned i handsken.

Skal du arbejde med handsker på i længere tid (over 10 minutter), og har du mulighed for det, så brug bomuldshandsker, som kan opsuge fugten, inden i beskyttelseshandsken. Bomuldshandskerne har oveni den gevinst, at de nedsætter beskyttelseshandskens slid på huden.

Når du tager handskerne på, så sørg for at dine hænder er rene og tørre og check for en sikkerheds skyld, at handskerne er nye, intakte, rene og tørre inden i, og at de passer til din hånd. Du kan eventuelt kontrollere



Af konsulent Jens Prebensen

deres tæthed ved at puste dem let op og se, om de holder på luften. Det gør dem også nemmere at tage på. Bær ikke fingerringe eller armbåndsure, mens du arbejder vådt, og har du brugt fugtighedscreme på hænderne umiddelbart inden, du tager handsker på, så sørg for, at cremen har fået tid til at tørre ind.

Har du problemer med handskerne, for eksempel hvis du ikke synes, de virker ordentligt, så tal med leverandøren. Kan leverandøren ikke afhjælpe problemet, så overvej at købe handsker et andet sted. Igen er Videncenter for Frisører og Kosmetikere et godt sted at få råd.

Efter – hold hænderne tørre og rene

Mellem hver gang, du har handsker på, og når du tager af sted fra salonen, så sørg for, at dine hænder er rene og tørre, og fugt dem med creme, hvis de virker for tørre. Vask hænderne og tør dem grundigt, når du tager handskerne af, så fugt og opblødt hud på dem ikke tørrer ind af sig selv, men bliver fjernet med det samme. Hænderne skal vaskes i køligt vand.

Har du "stresset" hud, hører hjemmet og salonen sammen. Når du går hjem til fyraften, skal din hud også holde fri. Så skal du derhjemme udføre vådt arbejde eller andet arbejde, der slider på hænderne – vaske op, gøre rent eller andet arbejde, hvor dine hænder bliver fugtige – så gælder de samme forholdsregler som på arbejdet: beskyt hænderne med handsker og brug fugtighedscreme. Skal du lave havearbejde, så tag nogle solide handsker på, så du undgår smårifter.

Om vinteren skal du passe særligt på, for der er kulden og den høje luftfugtighed ekstra hård ved hænderne. Varme og tørre handsker er ikke bare dejlige at have på, de modvirker også tør og sprukket hud.

Det har været hensigten med denne artikel at komme lidt rundt om, hvad du som salonejer kan gøre for dig selv og dine medarbejdere for at forebygge hudgener. Af pladshensyn har jeg ikke kunnet komme hele vejen rundt, og mange gode råd er blevet udeladt. Har du eller en af dine medarbejdere begyndende hudgener, vil jeg derfor opfordre dig til at kontakte Videncenter for Frisører og Kosmetikere og overveje at gå til læge for at blive konsulteret.

Har du kommentarer til denne artikel, er du velkommen til at skrive til mig på preben-sen@mail.dk

Læs mere

Sund-hud.dk – et rigtig godt sted at starte
arbejdsmiljoweb.dk – her kan du blandt andet finde en god pjece om, hvordan du undgår eksem
dagenssundhed.dk og huddoktor.dk – letlæselig information om eksem med mere
astma-allergi.dk og videncenterforallergi.dk – er der hudproblemer, er disse nødvendig læsning

Tak

Heidi Søsted, Forskningsleder ved Hud- og Allergiafdelingen, Videncenter for Frisører og Kosmetikere

Kilder:

Personlig korrespondance med Arbejdsskadestyrelsen
Susan Hovmand Lysdahl, præsentation på Arbejdstilsynet og Miljøstyrelsens temadag for frisører november 2012
Occupational hand eczema and its career consequences among trained hairdressers: a register based questionnaire study, Susan Hovmand Lysdahl, Videnscenter for Frisører og Kosmetikere
sund-hud.dk