

Sterisols Hudskola Nr 5



Hudproblem inom industrin

Regelbunden kontakt med irriterande ämnen och alltför mycket vattenkontakt är något av det värsta som huden kan utsättas för. Det är med andra ord inte så konstigt att industrianställda kan drabbas av svåra hudproblem.

Yrkeshudsjukdomarna blir ett alltmer utbredd problem. Inom enbart EU-länderna beräknas de innebära så mycket som cirka tre miljoner förlorade arbetsdagar om året. Problemen orsakas av att huden kommer i kontakt med ämnen den inte tål. De visar sig först och främst genom att huden blir torr, röd och kliande. Den kan också bli svullen, fjälla, få sprickor och för hårdnader eller blåsor.

Framför allt är det händer och underarmar som drabbas, eftersom dessa kroppsdelar oftast kommer i kontakt med vatten, smörjmedel, oljor, skär- och vätskor och liknande.

Hudens fiender

I industrimiljöer där man blir mycket smutsig, krävs ofta både vatten och

starka handrengöringsmedel för att få rent framför allt händerna. Det är som gjort för att framkalla hudproblem.

Störst risk att drabbas har de som har mycket kontakt med vatten och vätskor som kan bryta ner hudens naturliga försvar, exempelvis lösningsmedel och oljor. Detta skapar lätt en "ond cirkel".

Om man är i kontakt med starka ämnen vill man ju gärna tvätta av sig – ofta och noggrant. Ju oftare man tvättar sig, desto större är risken att drabbas av hudproblem.

– Industrierbetare och andra som blir grovt nedsmutsade hamnar ofta i ett dilemma. Om man inte får bort all smuts sliter det på huden. Men det sliter minst lika mycket om man tar till riktigt starka grejer som lösningsmedel för att få bort det, säger Chris Anderson, professor på hudkliniken, Universitetssjukhuset i Linköping.

Han menar att det alltid är bra att först och främst använda mildare rengöring, som tvål, innan man använder produkter med extra tvättkraft.

– Vet man att smutsen inte försvinner med flytande tvål är det ingen idé att gå en massa extrasteg. Då kan man lika gärna använda "starkare" produkter direkt, säger Chris.

Det finns i dag effektiva handrengöringsprodukter med extra tvättkraft som också är skonsamma för huden.

Tvätten sliter

Vid handtvätt försvinner en del av hudens skyddande fett. Om man tvättar sig ofta blir det svårt för huden att hinna återställa det naturliga fettlagret.

Då kan huden bli irriterad och få klåda eller eksem. Därför är det viktigt att återfetta huden genom att ofta smörja in den med en bra creme eller en fet salva under en lång tidsperiod. Många gör misstaget att sluta med hudcreme så fort huden känns mjukare igen. Men då är risken stor att den inte hunnit bli ordentligt återställd. Det bästa är alltså att fortsätta

att smörja in sig även efter det att huden återfått sitt naturliga utseende.



Bästa hjälpen

Bra produkter är förstas a och o – både för rengöring och för återfettning. Det finns produkter för allt från lätt till extremt svår smuts inom industrin; från flytande tvål till handrengöringsprodukter med extra tvättkraft.

Huvudregeln är att välja så milda produkter som möjligt. Börja med en mild tvål och, vid behov, välj stegvis starkare produkter. Tvättcreme passar för normal smuts och rengör samtidigt som den återfettar huden. Den är perfekt för känslig hud eller för dig som har arbetsuppgifter som innebär att du ofta blir blöt eller fuktig om händerna.

Förebygg med hudcreme

Ett bra tips är att smörja in utsatt hud (händerna) med hudcreme efter arbetsdagens slut. Gärna även före varje arbetspass. Fettet i cremen löser nämligen fett från oljor och annat på ett effektivt sätt. Det fungerar dessutom förebyggande eftersom att smuts inte fastnar lika hårt om huden är insmord. Tänk på att tvättcremen ska användas på torr hud innan du sköljer med vatten! Den kan även användas enbart som mjukgörande hudcreme. Och passar utmärkt till hela kroppen!

Under vintertid, då huden lätt blir torr och narig, kan man ersätta tvålen med en tvättcreme.