

# Hautarztpraxis

Dr. Ulrich Speer 

## **Facharzt für Dermatologie**

Allergologie, Venenleiden, ambulante Operationen, Laserbehandlungen, ambulante Bädertherapie, Röntgenweichstrahltherapie, onkologisch verantwortlicher Arzt

Merkblatt:  
Handekzem

## Hautarztpraxis

Dr. Ulrich Speer 

Sprechzeiten (nach Vereinbarung):

Mo: 8.00 -17.00 Uhr

Di: 10.30 - 18.30 Uhr

Mi: 8.00 - 13.00

Do: 10.00 - 13.00 und 14.00 - 19.00 Uhr

Fr: 8.00 - 14.00 Uhr

Dr. Ulrich Speer  
Georgstrasse 15  
88214 Ravensburg  
Fon 07 51-35 44 53-0  
Fax 07 51-35 44 53-2

[www.hautarzt-rv.de](http://www.hautarzt-rv.de)  
[info@hautarzt-rv.de](mailto:info@hautarzt-rv.de)

## **Merkblatt:**

### **Handekzem**

#### **Empfehlung für Patienten mit Handekzem**

- 1.** Händewaschen: Gebrauchen Sie lauwarmes Wasser und "Baby-Seife", oder einfache Seife ohne Parfüm und antiseptische Zusätze. Trocknen Sie die Hände nach dem Waschen sorgfältig.
- 2.** Vermeiden Sie soweit möglich, Kontakt zu entfettenden Substanzen und starken Reinigungsmitteln.
- 3.** Achten Sie sorgfältig darauf, dass keine Lösungsmittel wie Alkohol, Benzin, Terpentin und Verdünner auf Ihre Haut gelangen.
- 4.** Vermeiden Sie Kontakt mit Metallpolituren, Bohnerwachs, Schuhcreme, Boden-, Auto-, Möbel- und Fensterputzmitteln.
- 5.** Schälen oder pressen Sie Apfelsinen, Zitronen, Pampelmusen, Tomaten und frische Kartoffeln nicht mit bloßen Händen.
- 6.** Verwenden Sie beim Haarwaschen Plastikhandschuhe.
- 7.** Berühren Sie Haarlotionen, Haarcremes oder Haarfärbemittel nicht mit bloßen Händen.
- 8.** Tragen Sie beim Arbeiten im Wasser Handschuhe.
- 9.** Fingerringe sollten Sie nie während der Hausarbeit oder anderen Arbeiten tragen, auch wenn das Ekzem abgeheilt ist. Die Innenseite der Ringe sollte häufig mit der Bürste gereinigt werden und nachts in Ammoniakwasser (1 Eßlöffel auf 500 ml Wasser) aufbewahrt werden. Waschen Sie niemals Ihre Hände mit Seife, wenn Sie einen Ring tragen.
- 10.** Zum Spülen und Waschen immer Plastik- und keine Gummihandschuhe benutzen, da letztere häufig Kontakt-ekzeme auslösen. Die Handschuhe sollten Sie nie länger als 15 - 20 Minuten tragen. Empfehlenswert ist es, unter dem Plastikhandschuh Baumwoll- oder Leinenhandschuhe zu tragen.
- 11.** Denken Sie Immer daran, dass die Widerstandsfähigkeit Ihrer Haut für mindestens 6 Monate auch nach Abheilung des Ekzems beeinträchtigt ist. Deshalb befolgen Sie diese Hinweise bitte auch nach der Heilung des Ekzems.