

Prävention und Gesundheitsförderung: Haut

Vorgesehene Themen

- Hautempfindlichkeit/ Berufswunsch: zentraler Aspekt: die **Barrierefunktion** der Haut
- Hautbelastung/ Sonnenbaden: zentraler Aspekt: die Wirkung der **UV-Strahlung** an der Haut
- Hautveränderungen/ Pigmentmale und Melanom: zentraler Aspekt: Bösartige **Tumoren**

I. Zur Barrierefunktion der Haut

Grundlagen

(Literatur dazu: Mikroskopische Struktur und Differenzierung der Haut. Kap. 1.2. In: Dermatologie, hrsg. von Jung u.a., Duale Reihe)

- Struktur der Haut
- Aufbau der Hornschicht
- der Säureschutzmantel

Seminar

- Dermatoskopie der Hautoberfläche
- Prüfung des Dermographismus (z.B. weißer Dermographismus bei Atopie)
- Prüfung des pH-Wertes nach Hautreinigung
- Bei Atopie: Trockene Haut und Begünstigung eines Barrierschadens
- Subtoxisch-kumulative Schädigung durch Hautreizstoffe (Irritantien)
- Alkalische Lösungen eher schädigend als saure Lösungen
- Barrierschaden durch ein wässriges Milieu über 2 Stunden
-

Maßnahmen zum Hautschutz

Hautschutzmittel auf Creme- und Salbenbasis vor stärkerer Hautbelastung:

- Wasserlösliche Hautschutzmittel zum Schutz vor fettlöslichen Schadstoffen durch Aufbau einer fettabweisenden Schutzschicht
- Wasserunlösliche Hautschutzmittel zum Schutz vor wässrigen Schadstoffen, d.h. „Fettsalbe“
- Hautschutzmittel mit speziellen Wirkstoffen (z.B. Gerbstoffe, UV-Schutzmittel)

Hautreinigung mit geeigneten Reinigungsmitteln

Rückfettende alkoholische Lösungen (Desinfektionsmittel)

Detergentien, Seifen, Waschpasten)

- Seifen und synthetische Detergentien (Syndets) als waschaktive Substanzen (WAS)
- Flüssigseifen sind aus hygienischen Gründen den klassischen Seifenstücken vorzuziehen
- Vorteile von Syndets: bessere Reinigungswirkung, unabhängig vom Härtegrad des Wassers, eher mit saurem pH-Wert wirkend
- Industriestandard: Flüssigsyndet mit leicht saurem pH (mit Fettalkoholethersulfat als Basis-WAS und gut hautverträglichen Co-WAS wie Betainderivate, Sulfosuccinate, Zuckertenside)
- Nur bei Grobverschmutzung: Reibemittel (aus Kunststoff [Polyurethan] oder biologisch [Walnussschalen, Zucker, Olivenkern-, Maiskolbenmehl])
- Für Spezialverschmutzungen: Lösemittelzusatz (am besten Dicarbonsäureester) oder Spezialreiniger (mit Zusatz eines Reduktionsmittels (z.B. Natriumhydrosulfit [giftig b. Verschlucken])

Hautpflegemittel¹ bezogen auf Hauttyp und Hautbelastung (nach der Arbeit, nach Hautreinigung)

- Bei normaler Hautbelastung → Emulsion vom Typ Ö/W mit 5-20% Lipidanteil
- Bei stärkerer Hautbelastung/ trockene Haut → Emulsion vom Typ Ö/W mit 25-35% Lipidanteil
- Bei extremer Hautbelastung/ sehr trockener Haut → Emulsion vom Typ W/Ö mit 25-35% Lipidanteil

¹ Weiterführende Literatur

zurMühlen A u.a.: Using skin models to assess the effect of a protection cream on skin barrier function. Skin Pharmacol Physiol 2004, 17 (4), 167-175

Gloor M, Gehring W: Eigenwirkungen von Emulsionen auf die Hornschichtbarriere und -hydratation. Hautarzt 2003 . 54, 324-333

Winnefeld M, Richard MA, Drancourt M, Grob JJ. Skin tolerance and effectiveness of two hand decontamination procedures in everyday hospital use.

Br J Dermatol. 2000 Sep;143(3):546-50.

II. Zur UV-Strahlung

Grundlagen:

(Literatur dazu: Funktionen der Haut. Kap. 1.3. sowie Kap. 6.2.1 u. 6.2.2. In: Dermatologie, hrsg. von Jung u.a., Duale Reihe).

- UVA-, UVB- und UVC- Strahlung
- Eindringtiefe der UV-Strahlung in die Haut
- Wirkprinzipien der UV-Strahlung und Reaktionen der Haut

Seminar:

- die UV-Lichttypen
- MED (minimale Erythemdosis) und Pigmentierung
- Natürliche Schutzmechanismen

Maßnahmen zum UV-Schutz²

- Natürliche Schutzmechanismen fördern:
 - Beachten von Erythemschwelle, Intensität der Sonnenstrahlung und Expositionszeit
- Sonnenbrände verhindern und chronische UV-Schäden vermeiden, d.h.:
 - Vermeiden von übermäßig intensiver und langdauernder UV-Exposition
- UV-Schutz
 - durch Kleidung
 - durch physikalische UV-Filter
 - durch chemische UV-Filter

III. Zu bösartigen Tumoren der Haut, speziell zum Melanom

Grundlagen

(Literatur dazu: Nävi Kap. 8.2; Präkanzerosen bis Malignes Melanom Kap. 9.1-9.3. In: Dermatologie, hrsg. von Jung u.a., Duale Reihe)

Faktoren beim Entstehen von Hauttumoren:

- Karzinogene
- Risikofaktoren
- Prädisposition

Durchführung des Seminars

- Kriterien der Abgrenzung des Melanoms von Naevi
- Die A-B-C-D-Regel

Maßnahmen der Prävention bezüglich Melanom³

- Beachtung und Vermeiden von Risiken
- Kontrolle der Pigmentmale

² **Weiterführende Literatur**

Luger TA (Hg.): Täglicher Umgang mit UV und Prävention von Photoaging. JDDG Band 3, Suppl. 2, 2005

³ **Weiterführende Literatur**

Mackie RM: Identification and Follow-Up of Populations at High Risk of Developing Melanoma. In: Epidemiology, Causes and Prevention of Skin Diseases. Blackwell Science, Oxford, 1997, p.164-166

Halpern AC u.a.: Awareness, knowledge and attitudes to non-melanoma skin cancer and actinic keratosis among the general public. Int J Derm 2005, 44, 107-111

Hibbeler (2005) „Risikofaktor Sonne“ Die Haut vergißt nichts. Dt. Ärzteblatt Jg. 102, Heft 26, A1861-A1863