

Protocol preventie handeczeem



Inhoud

1 Protocol preventie handeczeem

1.1 Inleiding	3
1.2 Doel	3
1.3 Doelgroep	3
1.4 Risico op blootstelling	4

2 Adviezen voor medewerkers

2.1 Algemeen	5
2.2 Adviezen voor handreiniging	5
2.3 Adviezen voor handschoengebruik	6
2.4 Adviezen voor huidverzorging	7

3 Adviezen voor werkgevers

3.1 Algemeen	9
3.2 Adviezen	9
3.3 Zelftest Handeczeem	9

Bijlage Zelftest handeczeem	10
------------------------------------	----

1. Protocol preventie handeczeem

1.1 Inleiding

Handeczeem is een van de meest voorkomende huidaandoeningen: naar schatting één op de tien mensen heeft er ten minste één keer per jaar last van. Het is een ontsteking van de huid zonder dat er een bacteriële infectie aanwezig is. Handeczeem is dan ook niet besmettelijk. Kenmerkend voor handeczeem is jeuk, roodheid, ruwe plekken, kloven en blaasjes. De belangrijkste oorzaak van handeczeem is de regelmatige en/of langdurige blootstelling aan 'nat' werk. Schoonmakers - maar bijvoorbeeld ook kappers, schilders en bloemisten - hebben dan ook een verhoogde kans op (het ontwikkelen van) handeczeem. In de schoonmaakbranche is het natuurlijk niet mogelijk om 'nat' werk te vermijden. Wél is het mogelijk om de kans dat zich daardoor handeczeem ontwikkelt, zo klein mogelijk te houden. Door simpele adviezen op te volgen zodat schoonmaaktaken op een huidvriendelijke manier worden uitgevoerd.

1.2 Doel

Dit protocol heeft als doel de ontwikkeling van handeczeem te voorkomen. Het bevat de volgende onderdelen:

- Adviezen voor de uitvoerende schoonmaakmedewerker.
- Adviezen voor de werkgever.
- De Zelftest Handeczeem (achterin dit protocol).

1.3 Doelgroep

Het protocol preventie handeczeem is bedoeld voor werkgevers en werknemers van schoonmaakbedrijven.



1.4 Risico op blootstelling

Algemeen

Van risico op blootstelling is vooral sprake bij:

- Regelmatig en/of langdurig contact met stoffen die de huid irriteren en uitdrogen zoals water, zeep, reinigingsmiddelen en groente- en vruchtensappen. Deze stoffen beschadigen bij ieder contact de huid in geringe mate. In beginsel herstelt de huid zich na iedere beschadiging. Echter, als de volgende beschadiging optreedt voordat de huid volledig is hersteld van het vorige contact, neemt de schade toe. De huid krijgt onvoldoende tijd om te genezen en na verloop van tijd kan de maximale belastbaarheid van de huid worden overschreden. Er kan eczeem ontstaan.
- Langdurig handschoengebruik. Het afsluitende effect van handschoenen veroorzaakt transpiratie. Dit maakt de huid week waardoor deze beter doordringbaar wordt voor irriterende stoffen.
- Te droge, te warme of juist te koude lucht. Dit bevordert het uitdrogen van de huid waardoor deze gevoeliger wordt.

Risicovolle handelingen en factoren bij schoonmaaktaken

De belangrijkste risicohandelingen en -factoren in de schoonmaakbranche zijn:

- Contact met water en/of reinigingsmiddelen: onderdompelen van handen in emmers, uitwringen en gebruik van werkdoeken, gebruik van klamvochtige microvezeldoeken.
- Het te lang of onnodig dragen van beschermende handschoenen.
- Het te vaak en/of verkeerd wassen en drogen van de handen.
- Onvoldoende gebruik van huidverzorgingsproducten.

In beginsel geldt dat schoonmaaktaken risico voor de huid van de handen opleveren indien deze langer dan vier uur per dag worden verricht. Echter, voor medewerkers met aanleg voor eczeem en/of een voorgeschiedenis van handeczeemklachten bestaat de kans op handeczeem ongeacht de duur van de werkzaamheden. Vaak zullen medewerkers bovendien thuis ook werkzaamheden verrichten die de huid kunnen belasten. Verder hebben sommige medewerkers hebben een dubbele schoonmaakbaan. Hierdoor kan sprake zijn van dubbele huidbelasting.

2 Adviezen voor medewerkers

De medewerker kan er zelf van alles aan doen om de kans op handeczeem zo klein mogelijk te maken. Door onderstaande adviezen op te volgen.

2.1 Algemeen

- Draag geen ringen, armbanden of horloges tijdens het werk.
- Draag in de winter buiten warme handschoenen.
- Volg de onderstaande voorschriften - zo veel mogelijk - ook thuis op.

2.2 Adviezen voor handreiniging

Toelichting

Iedereen wast meerdere malen per dag zijn handen. Omdat de handen zichtbaar vuil zijn of uit hygiënische overwegingen. Handenwassen is een huidirriterende handeling. Bovendien wordt daarbij - uit gewoonte - vaak zeep gebruikt, terwijl dat meestal niet nodig is. Zeep heeft een sterk uitdrogend effect op de huid. Dit verstoort het herstelproces van de huid, waardoor handeczeem kan ontstaan. Om dat te voorkomen is het dus van belang de handen niet meer te wassen dan nodig en alleen als het echt nodig is zeep te gebruiken.

Algemeen

- Was de handen alleen als dat echt nodig is. Het is meestal niet nodig om de handen tijdens de schoonmaaktaken extra te wassen!
- Gebruik alleen zeep als dat nodig is. Gebruik dan een milde, huidvriendelijke handzeep.
- Doe eventuele ringen, armbanden en horloges altijd af voordat de handen worden gewassen. Daaronder blijft altijd water achter. Achtergebleven water verdampt en droogt de huid uit.
- Was de handen nooit met heet water, maar gebruik koud of lauw water.

Handen wassen: met water én zeep

- Als de handen zichtbaar vuil zijn.
- Na toiletgebruik en vóór het eten.
- Na het opruimen van bloed, urine, ontlasting of braaksel.

Handen wassen: alleen met water

- Als er risico bestaat op contact met cytostatica of met cytostatica besmet bloed, urine, ontlasting of braaksel: vóór het aantrekken van handschoenen en bij het verwisselen van handschoenen.
- Als door het dragen van handschoenen de handen bezweet zijn geraakt.
- Na het werk.

Handen afdrogen

- Droog de handen zorgvuldig af. Ook de polsen en ook tussen de vingers. Achtergebleven water verdampt en droogt de huid uit.
- Maak bij het afdrogen zo mogelijk gebruik van zachte papieren handdoekjes.

2.3 Adviezen voor handschoengebruik

Toelichting

Het dragen van handschoenen - mits niet kapot - voorkomt contact met water, reinigingsmiddelen en andere huidirriterende stoffen. Echter, handschoenen kunnen er voor zorgen dat de handen bezweet en dus vochtig raken. Daardoor kunnen de handen juist extra gevoelig worden voor huidbeschadiging. Het is dus van belang om handschoenen alleen te dragen als dat echt nodig is en niet langer dan nodig.

Handschoenen: wanneer niet?

- Bij schoonmaaktaken waarbij de handen niet nat, vochtig of vies worden. Bijvoorbeeld vloerreiniging met mop of wisser en stofzuigen.

Handschoenen: wanneer wel?

- Bij het werken met natte of klamvochtige werkdoeken.
- Bij taken waarbij de handen vies kunnen worden. Bijvoorbeeld schoonmaken van sanitair, legen van vuilniszakken en -bakken en opruimen van bloed, urine, ontlasting of condooms.
- Bij wondjes aan handen.
- Bij taken in ruimtes en/of omstandigheden waarin sprake kan zijn van verontreiniging met cytostatica.

Handschoenen: hoe?

- Zorg dat de handen schoon, maar vooral ook droog zijn voordat de handschoenen worden aangetrokken.
- Inspecteer de handschoenen voor gebruik op verkleuring, gaatjes en scheuren. Verwissel de handschoenen bij beschadiging.
- Zorg dat de handschoenen goed aansluiten.
- Verwissel de handschoenen na beschadiging.
- Draag de handschoenen niet langer dan 10 minuten.
- Gebruik een katoenen onderhandschoen als het nodig is om de handschoen langer dan 10 minuten te dragen.

Handschoenen: welke?

- Bij taken in ruimtes en/of omstandigheden waarin sprake kan zijn van verontreiniging met cytostatica: Wegwerphandschoenen die voldoen aan de norm NEN-EN 374 -3 'Beschermdende handschoenen tegen chemicaliën en micro-organismen'.
- Bij taken waarbij kans bestaat op prikaccidenten: Bij voorkeur nitrilhandschoenen. Deze bieden tevens bescherming tegen chemische stoffen, waaronder cytostatica.
- Bij taken waarbij geen kans bestaat op prikaccidenten of besmetting met cytostatica: Bij natte en vochtige werkzaamheden: huishoudhandschoenen van vinyl. Liever geen latexhandschoenen. Deze kunnen bij veelvuldig gebruik een latexallergie veroorzaken. Overigens, de in het kader van bescherming tegen cytostatica of prikaccidenten voorgeschreven handschoenen zijn ook prima! Bij droge, vieze werkzaamheden: bij voorkeur katoenen handschoenen.

2.4 Adviezen voor huidverzorging

Toelichting

Door veelvuldig contact met water, zeep en reinigingsmiddelen slijt het natuurlijke vetlaagje op de huid. De huid droogt dan uit en irriterende stoffen kunnen beter doordringen. Door een vetlaagje op de huid (crème) aan te brengen, wordt de huid hiertegen beschermd. Crème kan de huid nooit volledig beschermen: het dragen van handschoenen blijft nodig!

Huidverzorging: hoe?

- Doe eventuele ringen, armbanden en horloges af. Daaronder blijft altijd wat crème achter. Dit kan de huid irriteren.
- Gebruik de crème op een aantal vaste momenten per dag. Vóór het werk, tijdens de pauze en vóór het naar huis gaan bijvoorbeeld. En op ieder moment dat er even tijd voor is.
- Breng niet teveel crème per keer aan. De huid neemt teveel crème niet op. Een aantal keren per dag een dun laagje is daarom beter dan één of twee keer een dikke laag. Werken met te vette handen is bovendien lastig!
- Smeer de handen helemaal in: de binnen- en buitenkant, de vingertoppen en tussen de vingers. Vergeet de nagelriemen niet!

Huidverzorging: welke?

- Een vette crème die vrij is van geurstoffen en conserveringsmiddelen. Gebruik bij voorkeur geen bodylotion. Bodylotion bevat meestal veel water en kan daardoor de huid uitdrogen!



3 Adviezen voor werkgevers

3.1 Algemeen

In het algemeen geldt dat schoonmaaktaken risico voor de huid van de handen oplevert, indien deze langer dan vier uur per dag worden verricht. Echter, voor medewerkers met aanleg voor eczeem en/of een voorgeschiedenis van handeczeemklachten bestaat de kans op handeczeem ongeacht de duur van de werkzaamheden. Vaak zullen medewerkers bovendien thuis ook werkzaamheden verrichten die de huid kunnen belasten. Verder hebben sommige medewerkers een dubbele schoonmaakbaan. Hierdoor kan sprake zijn van dubbele huidbelasting.

3.2 Adviezen

- Geef (nieuwe) medewerkers voorlichting over de risico's op handeczeem en voorzie hen van preventieadviezen.
- Zorg op de werkvloer voor voldoende beschikbaarheid van de juiste persoonlijke beschermings- en verzorgingsmiddelen (handschoenen, crème).
- Zie erop toe dat de werknemers de adviezen opvolgen en de beschermings- en verzorgingsmiddelen op de juiste wijze gebruiken.
- Laat medewerkers die langer dan vier uur per dag werken minimaal één keer per twee jaar de vragen uit de Zelftest Handeczeem beantwoorden. De Zelftest Handeczeem is opgenomen in de bijlage bij dit protocol.
- Verwijs de medewerker naar de bedrijfsarts indien de uitslag van de Zelftest Handeczeem hiervoor aanleiding geeft.
- Zorg zo mogelijk voor tijdelijk aangepast - droog en schoon - werk voor medewerkers met handeczeemklachten.
- Laat u ondersteunen door een bedrijfsarts die voldoende geschoold is in arbeidsdermatosen (huidafwijkingen die een relatie hebben met het werk).

3.3 Zelftest Handeczeem

In dit protocol is de Zelftest Handeczeem opgenomen. Laat medewerkers die langer dan vier uur per dag werken deze test minimaal één keer in de twee jaar invullen.

Zelftest Handeczeem

A

- | | | score |
|--|---|----------|
| 1. Heb je ooit last van een jeukende huid (gehad)? | <input type="checkbox"/> ja
<input type="checkbox"/> nee | 1 punt |
| 2. Heb je ooit eczeem* gehad in de huidplooien van je knieën, ellebogen, enkels, hals of nek? | <input type="checkbox"/> ja
<input type="checkbox"/> nee | 1 punt |
| <i>* eczeem is een huidziekte. Kenmerken van eczeem: jeuk, roodheid, ruwe plekken, kloven en blaasjes.</i> | | |
| 3. Heb je nu eczeem in de huidplooien? | <input type="checkbox"/> ja
<input type="checkbox"/> nee | 1 punt |
| 4. Als je een jeukende huid hebt of die ooit hebt gehad, had je die klachten dan voor je tweede ook al? | <input type="checkbox"/> ja
<input type="checkbox"/> nee | 2 punten |
| 5. Heb je ooit astma, hooikoorts of chronische bronchitis gehad? | <input type="checkbox"/> ja
<input type="checkbox"/> nee | 1 punt |
| 6. Heb je de laatste 12 maanden last gehad van een droge huid? | <input type="checkbox"/> ja
<input type="checkbox"/> nee | 1 punt |

Scoretotaal A punten

B

- | | | score |
|--|---|----------|
| 1. Heb je in de afgelopen 12 maanden één (of meer) van de volgende klachten gehad? | | |
| 1.1 Rode en gezwollen handen of vingers? | <input type="checkbox"/> ja
<input type="checkbox"/> nee | 1 punt |
| 1.2 Schilferende handen of vingers met kloofjes? | <input type="checkbox"/> ja
<input type="checkbox"/> nee | 1 punt |
| 1.3 Jeukende handen of vingers met kloofjes? | <input type="checkbox"/> ja
<input type="checkbox"/> nee | 1 punt |
| 1.4 Handen of vingers met kloofjes? | <input type="checkbox"/> ja
<input type="checkbox"/> nee | 2 punten |
| 1.5 Blaasjes op je handpalmen, bovenop je hand of tussen de vingers? | <input type="checkbox"/> ja
<input type="checkbox"/> nee | 2 punten |
| 1.6 Rode bultjes op je handen of vingers? | <input type="checkbox"/> ja
<input type="checkbox"/> nee | 2 punten |
| 2. Duurden deze klachten langer dan een dag? | <input type="checkbox"/> ja
<input type="checkbox"/> nee | 1 punt |
| 3. Had je deze klachten vaker dan één keer? | <input type="checkbox"/> ja
<input type="checkbox"/> nee | 1 punt |

Scoretotaal B punten

Zelftest handeczeem - uitslag en advies

Verwijs de medewerker door naar de bedrijfsarts als:

- De medewerker op het moment van invullen van de vragenlijst huidklachten aan handen, polsen of onderarmen heeft.
- Het scoretotaal van A vijf of meer punten bedraagt.
- Het scoretotaal van B twee of meer punten bedraagt.

Colofon

Deze uitgave maakt deel uit van **Zo werk je prettiger!**, de voorlichtingscampagne over het Arboconvenant Schoonmaak- en Glazenwassersbranche. De campagne wordt gecoördineerd door de Raad voor Arbeidsverhoudingen Schoonmaak- en Glazenwassersbranche (RAS) en is een initiatief van het ministerie van Sociale Zaken en Werkgelegenheid, Ondernemersorganisatie Schoonmaak- & Bedrijfsdiensten (OSB), FNV Bondgenoten en CNV BedrijvenBond.

Foto's:

Nevod, Groningen
Monique Stap, Alkmaar

Concept en realisatie:

DST Experience Communicatie, Baarn

© RAS januari 2007

Aan deze uitgave kunnen geen rechten worden ontleend.