

Bijlage 14: Protocol Preventie handeczeem

Inleiding

Handeczeem is een van de meest voorkomende huidaandoeningen: naar schatting een op de tien mensen heeft er tenminste een 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.

Doel van het protocol

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 het protocol).

Doelgroep

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

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 en reinigingsmiddelen, 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 4 uur per dag worden verricht. Echter, voor medewerkers met aanleg voor eczeem en/of een voorgeschiedenis met 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.

ADVIEZEN VOOR DE UITVOERENDE SCHOONMAAKMEDEWERKER

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.

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. 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 een ring 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 en zeep

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

Handen wassen: alleen met water

- Als er risico bestaat op contact met cystostatica 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.

3. ADVIEZEN VOOR HANDSCHOENENGEBRUIK

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, 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, 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 droog zijn voordat de handschoenen worden aangetrokken.
- Inspecteer de handschoenen voor gebruik op verkleuring, gaatjes en scheuren. Verwissel de handschoenen na beschadiging.
- Zorg dat de handschoenen goed aansluiten.
- Verwissel de handschoenen na beschadiging

- Draag de handschoenen niet langer dan 10 minuten
- Gebruik een katoenen onderhandschoen. Is 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 "Beschermende 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.

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 daar 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, tussen de vingers en de vingertoppen. 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!

ADVIEZEN VOOR DE WERKGEVER

Algemeen

In het algemeen geldt dat schoonmaaktaken risico voor de huid van de handen oplevert, indien deze **langer dan 4 uur** per dag worden verricht. Echter, voor medewerkers met een aanleg voor eczeem en/of een voorgeschiedenis met 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.

ADVIEZEN

- Geef (nieuwe) medewerkers voorlichting over de risico's op handeczeem en voorzie hen van de preventieadviezen.
- Zorg op de werkvloer voor voldoende beschikbaarheid van de juiste persoonlijke beschermings- en verzorgingsmiddelen (handschoenen, crème).
- Zie erop toe dat de medewerkers de adviezen opvolgen en de beschermings- en verzorgingsmiddelen op de juiste wijze gebruiken.
- Laat medewerkers die langer dan 4 uur per dag werken minimaal 1 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 methandeczeemklachten.
- Laat u ondersteunen door een bedrijfsarts die voldoende geschoold is in arbeidsdermatosen (huidafwijkingen die een relatie hebben met het werk).

BIJLAGE: Zelftest Handeczeem

A		Score
1. Heeft u ooit jeukende huidafwijking gehad?	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> neen	→1 punt
2. Heeft u ooit eczeem gehad in huidplooien (knieholten, elleboogsplooien, enkels, hals of nek)?	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> neen	→1 punt
3. Heeft u nu eczeem in huidplooien?	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> neen	→1 punt
4. Als u een jeukende huidafwijking hebt of gehad hebt, is deze begonnen voordat u 2 jaar oud werd?	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> neen	→2 punten
5. Heeft u ooit astma, hooikoorts of chronische bronchitis gehad?	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> neen	→1 punt
6. Heeft u de laatste 12 maanden last gehad van een droge huid?	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> neen	→1 punt
Scoretotaal A	 punten

B		
1. Heeft u in de afgelopen 12 maanden een van de volgende klachten gehad?		
<ul style="list-style-type: none"> • Rode en gezwollen handen of vingers? 	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> neen	→1 punt
<ul style="list-style-type: none"> • Schilferende handen of vingers met kloven? 	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> neen	→1 punt
<ul style="list-style-type: none"> • Jeukende handen of vingers met kloven? 	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> neen	→1 punt
<ul style="list-style-type: none"> • Handen of vingers met kloven? 	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> neen	→2 punten
<ul style="list-style-type: none"> • Blaasjes in handpalmen, op handruggen of tussen de vingers? 	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> neen	→2 punten
<ul style="list-style-type: none"> • Rode bultjes aan handen of vingers? 	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> neen	→2 punten
2. Duurde de afwijking langer dan een dag?	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> neen	→1 punt
3. Kwam deze afwijking meer dan eenmaal voor?	<input type="radio"/> ja <input type="radio"/> neen	→1 punt
Scoretotaal B	 punten

Advies naar aanleiding van uitslag Zelftest handeczeem

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

Of:

- Het scoretotaal A bedraagt 5 of meer punten

Of:

- Het scoretotaal B bedraagt 2 of meer punten.