

SIE ATMET.



SIE FÜHLT.



**DEINE HAUT.
DIE WICHTIGSTEN
DEINES LEBENS.**

2m²

SIE SCHÜTZT.



**JUGEND
WILL
SICH-ER-
LEBEN**

www.jwsl.de

FÜR SCHÜLER/-INNEN AN BERUFSBILDENDEN SCHULEN

INFOBLATT

Mit heiler Haut durchs Berufsleben

Berufsbedingte Hauterkrankungen liegen auf Platz 1 der angezeigten Berufskrankheiten. Zu 90 % handelt es sich dabei um Kontaktekzeme und in den meisten Fällen sind die Hände betroffen. Ob Pflegekraft, Koch, Bäcker, Floristin, Friseur, Maurer, Kfz-Mechaniker, Maler, Fliesenleger oder Reinigungskraft – kaum ein Beruf, in dem die Haut am Arbeitsplatz nicht stark beansprucht wird. Die Widerstandskraft der Haut gegenüber schädigenden Einflüssen ist zwar groß, aber nicht unendlich. Ohne Schutz und Pflege kann die Haut durch dauerhafte Belastungen geschädigt werden und erkranken. Hautprobleme können die Lebensqualität ganz schön beeinträchtigen und zur sozialen Ausgrenzung im beruflichen und privaten Leben führen. Mancher muss sogar den „geliebten Traumberuf“ aufgeben. Aber so weit muss es gar nicht kommen; Hauterkrankungen kann man vorbeugen. Wer die Gefahren für die Haut an seinem Arbeitsplatz kennt und weiß, wie man sich davor schützt – der kommt auch mit heiler Haut durch den Arbeitsalltag.

Wettbewerbsaufgabe Lösen Sie die Fragen auf den Seiten 3 – 7 und tragen Sie die Lösungen in die dafür vorgesehenen Felder der Lösungskarte auf Seite 7 ein (Teilnahmebedingungen hierzu siehe Umschlagrückseite).

Pssst! Hör mal! Kann man Hautschutz hören? Was für eine Frage. Natürlich nicht werdet Ihr sagen. Oder doch? Hier ist Eure Aufgabe: Erstellt eine maximal zweiminütige Audiodatei zum Thema „Vorbeugender Hautschutz“. Alles ist möglich: Hörspiel, Toncollage, Tondokumentation, ein Song oder was immer Euch einfällt. Schnappt Euer Mikrofon, greift in Euer CD-Archiv und versucht eine kleine Hör-Botschaft für eine gesunde Haut zu erstellen. Die Audiodatei muss auf einer CD (Format: wav oder mp3) eingeschickt werden. Die besten Einsendungen werden als Audiodatei auf www.jwsl.de veröffentlicht.

**DEINE HAUT.
DIE WICHTIGSTEN
DEINES LEBENS.**

2m²

Mit 2m² Fläche ist die Haut unser größtes Organ. Sie ist nur wenige mm dick, hat aber viele lebenswichtige Aufgaben und spielt eine große Rolle, wenn es um unser Wohlbefinden, unsere Gesundheit und Leistungsfähigkeit geht. Sie fängt z. B. mechanische Einwirkungen wie Schläge und Stöße ab und verhindert, dass Krankheitskeime in unseren Körper eindringen. Sie ist an der Regulierung der Körpertemperatur beteiligt und bietet Schutz vor Feuchtigkeit und Austrocknung. Über ihre

Sinneszellen können wir Berührung, Temperatur und Schmerz empfinden. Außerdem prägt sie unser Erscheinungsbild und verrät unsere Gefühle, wenn wir beispielsweise bei Schreck erblassen oder rot vor Zorn werden.

Wissen, wie die Haut aufgebaut ist und welche Funktionen sie hat – ein erster, wichtiger Schritt, um Hautkrankheiten wirksam vorzubeugen.



Patrick unterhält sich mit seinen Freunden nach einer Unterrichtsstunde in der Berufsschule zum Thema „Hautschutz“: „Mir ist jetzt erst klar geworden, wie wenig ich über meine Haut gewusst habe und wie wichtig sie für unsere Gesundheit ist.“ Welche der folgenden Aussagen ist richtig?

- A.** Die Haut hat eine unbegrenzte Widerstandskraft gegenüber allen schädlichen äußeren Einflüssen.
- B.** Die Haut des Menschen hat eine Fläche von ungefähr 2m².
- C.** Die Haut ist das größte Organ des Menschen.
- D.** Eine möglichst dicke Hornhaut ist ein sehr guter Schutz für die Haut.
- E.** Die Haut ist an der Regulierung der Körpertemperatur beteiligt.

Wenn Arbeit die Haut krank macht

Feuchtarbeit, z. B. länger als zwei Stunden mit Wasser arbeiten oder lange und regelmäßig flüssigkeitsdichte Schutzhandschuhe tragen, ist für rund ein Drittel aller beruflich bedingten Hauterkrankungen verantwortlich.

Von Feuchtarbeit sind besonders Pflege- und Reinigungskräfte und Metallarbeiter, aber auch Friseure und Küchenkräfte betroffen. Die regelmäßige Arbeit mit Wasser, insbesondere bei Zusatz von Rei-

nigungs- und Desinfektionsmitteln begünstigt die Entstehung von sogenannten Berufs- oder Abnutzungsdermatosen. Berufsdermatosen äußern sich meist durch ein Ekzem, d. h. entzündliche Hautveränderungen, die etwa durch Rötung, Schuppung, Knötchen, Bläschen und Juckreiz auffallen. Sie sind derzeit die häufigsten berufsbedingten Hauterkrankungen.



„Mit rauer Haut und Rötungen an meinen Händen fing alles an. Später bildeten sich dann unangenehm juckende Bläschen in den Fingerzwischenräumen.“ So beginnt der Bericht über berufsbedingte Hauterkrankungen, den Carola in der Zeitung liest. Welche der folgenden Aussagen zu berufsbedingten Hauterkrankungen ist richtig?

- A.** Berufsbedingte Hauterkrankungen spielen bei den angezeigten Berufskrankheiten nur eine geringe Rolle.
- B.** Gegen Hauterkrankungen am Arbeitsplatz kann man nichts tun.
- C.** Berufsbedingte Hauterkrankungen lassen sich mit gezielten und geeigneten Hautschutzmaßnahmen wirksam verhindern.
- D.** Hauterkrankungen zählen grundsätzlich nicht zu den Berufskrankheiten.
- E.** Häufige Feuchtarbeit lässt die Hände zart und geschmeidig werden.

So bleibt die Haut gesund

Richtig und konsequent angewandte Hautschutzmaßnahmen schützen die Haut vor den vielfältigen Gefahren am Arbeitsplatz und beugen berufsbedingten Hauterkrankungen vor. Dazu gehören:

- das Tragen geeigneter Schutzhandschuhe (Achtung: bei Arbeiten an rotierenden Maschinen, z. B. einer Bohrmaschine aus Sicherheitsgründen nicht möglich!),
- die regelmäßige Anwendung von Hautschutzmitteln vor der Arbeit nach längeren Pausen und nach jeder Händereinigung,

- eine hautschonende Reinigung, die auf den Grad der Verschmutzung abgestimmt ist
- regenerierende Hautpflege nach Arbeitsende.

Hilfreich ist auch ein Blick in den Hautschutzplan. Dort sind alle am Arbeitsplatz vorkommenden Hautbelastungen und die zu benutzenden Hautschutzmittel, Hautreinigungsmittel und Hautpflegemittel aufgeführt. Er wird in Zusammenarbeit mit dem Betriebsarzt erstellt und sollte an allen Waschplätzen aushängen.



Josef macht eine Ausbildung zum Mechatroniker. Starke Verschmutzung der Hände und der Umgang mit hautschädigenden Arbeitsstoffen sind an seinem Arbeitsplatz die größten Gefahren für die Haut. Was sollte Josef **nicht** tun?

- A.** ... mit einer kräftigen Bürste den Dreck von den Händen einfach wegschrubben.
- B.** ... den direkten Kontakt mit hautgefährdenden Arbeitsstoffen vermeiden und beispielsweise Hilfsmittel benutzen.
- C.** ... vor jeder hautbelastenden Arbeit ein geeignetes Hautschutzmittel anwenden.
- D.** ... grundsätzlich ohne Schutzhandschuhe arbeiten.
- E.** ... nach der Arbeit eine regenerierende Hautpflegecreme auftragen.

Nicht nur im Beruf.....

ist die Haut Gefahren ausgesetzt, auch in der Freizeit kann es für die Haut gefährlich werden, z. B. wenn es um UV-Strahlung geht. Laut einer repräsentativen Umfrage achten Jugendliche besonders wenig auf ihre Haut, schützen sich z. B. nicht ausreichend vor schädlichen Sonnenstrahlen. Viele greifen nie oder nur selten zur Sonnencreme, obwohl sie sich häufig in die pralle Sonne legen. Andere gehen viel zu oft und viel zu lang ins Solarium. Aber auch Piercing und Tattoos können der Haut schaden.



Viola, braun gebrannt wie immer, zeigt ihren Freunden stolz ihr neues Tattoo und überlegt, ob sie sich auch noch ein Bauchnabelpiercing stechen lassen soll. Welche Kommentare ihrer Freunde sollte sie ernst nehmen?

- A.** Lisa: „Beim Piercingschmuck solltest du darauf achten, dass die Schmuckstücke aus hochwertigen Legierungen bestehen und nicht vernickelt sind.“
- B.** Aylin: „Vier Besuche im Sonnenstudio pro Woche ist eindeutig zu viel.“
- C.** Tim: „Je mehr Tattoos, desto besser!“
- D.** Jule: „Beim Stechen eines Tattoos härtet sich der Körper ab. Er wird widerstandsfähiger.“
- E.** Alex: „Also, meine Kusine, die hat von ihrem Tattoo `ne richtig schlimme Allergie bekommen. Und deswegen kann sie vielleicht ihre Friseurausbildung nicht abschließen.“

Aktiv und konsequent – hilft der Haut



Häufig werden Hautschutzmaßnahmen aus Bequemlichkeit, Gewohnheit, Zeitmangel oder auch Sorglosigkeit nicht umgesetzt. Auch im Aktionsfilm „Unterwegs mit Jana – Hautnah dabei“ verhalten sich einige der Personen nicht verantwortungsbewusst in Sachen „Hautschutz“.

Welche der folgenden Personen aus dem Film haben den Hautschutz vernachlässigt?

- A.** Azubi Josef, der sich seine Hände besonders gründlich mit einer Wurzelbürste reinigt?
- B.** Mechaniker Peter, der nach der Arbeit auf seine Hände eine Hautpflegecreme aufträgt?
- C.** Friseurazubi Nicole, die nie ohne Handschuhe Haare wäscht?
- D.** Der Maurer Karl-Heinz, der in UV-abweisender Kleidung arbeitet?
- E.** Frau Wagner, die beim Reinigen der Fleischtheke keine Schutzhandschuhe trägt?

Lösungskarte

Mehrere Antworten können richtig sein. Tragen Sie Ihre Kreuzchen in die entsprechenden Felder der Lösungskarte ein – dann nur noch umseitig ausfüllen, abtrennen und bei der Sammelstelle der Schule abgeben. Meine Lösungen ...

- Frage 1: **A** ☐ **B** ☐ **C** ☐ **D** ☐ **E** ☐
- Frage 2: **A** ☐ **B** ☐ **C** ☐ **D** ☐ **E** ☐
- Frage 3: **A** ☐ **B** ☐ **C** ☐ **D** ☐ **E** ☐
- Frage 4: **A** ☐ **B** ☐ **C** ☐ **D** ☐ **E** ☐
- Frage 5: **A** ☐ **B** ☐ **C** ☐ **D** ☐ **E** ☐

Teilnahmeberechtigt sind die aufgeforderten Berufskollegs und deren Schüler/-innen. An der Verlosung nehmen alle Schüler/-innen teil, die die Aufgaben richtig gelöst, die Lösungen in den dafür vorgesehenen Feldern der Lösungskarte eingetragen, das Absenderfeld der Lösungskarte vollständig sowie leserlich ausgefüllt und die Lösungskarte mit der Sammelsendung ihrer Schule eingesandt haben. Teilnehmer/ -innen, die mehr als eine Lösungskarte einsenden, werden ausgeschlossen.

Teilnehmer/-in (bitte in Druckbuchstaben leserlich ausfüllen)

Vor- und Zuname

Alter

Name der Schule

Telefon

E-Mail

Anschrift der Schule

Straße

PLZ Wohnort

Klasse