

Hände brauchen Schutz

Damit krank machende Bakterien, Pilze und Viren nicht auf andere Kinder in der Schule übertragen werden können, reinigst du dir häufig die Hände mit Seife oder Desinfektionsmittel.



Foto: Dominik Buschardt

Aber Vorsicht! Wäschst du dir zu oft die Hände oder nutzt Desinfektionsmittel, so kann es passieren, dass der hauteigene Schutz deiner Hände angegriffen wird. Mit der Reinigung oder Desinfektion tötst du nämlich auch die Bakterien ab, die auf den Händen leben und dich vor Krankheiten schützen können! Außerdem wird die Haut an deinen Händen durch das viele Waschen oder Desinfizieren trocken und es können kleine Risse entstehen, vor allem im Winter, wenn es kalt ist. Die kleinen Risse bieten fremden, krank machenden Bakterien und Pilzen die beste Möglichkeit, um dort anzugreifen.



Foto: AdobeStock/Анна Тереева

Du kannst deiner Haut helfen!
Mit Handcremes, die einen hautfreundlichen pH-Wert haben und der Haut Feuchtigkeit spenden.

Es gibt auch Cremes, die eine rückfettende Wirkung haben und wie ein Schutzfilm auf der Haut aufliegen. Creme deine Hände mehrmals am Tag ein und lasse die Creme gut einwirken.



Jetzt bist du gefragt:

Teste dein Wissen!

Was brauchen deine Hände bei häufiger Reinigung?
Male die passenden Wörter aus!

Pflege	einen Schutzfilm	Feuchtigkeit	Creme mit hautfreundlichem pH-Wert
rückfettende Stoffe	Sand	Butter	Kälte
Hitze	Kontakt mit Gegenständen	mehr Reinigung	