

HYGIËNE IN DE SCHOONHEIDSSALON EN VERZORGING VAN DE HUID

(tijdens de corona-periode)



Door Carla Uppelschoten, Directeur U-Consultancy

Handhygiëne in de salon is altijd al belangrijk geweest, maar in de huidige tijd moeten we hier nog beter op letten dan we gewend zijn. De handen zijn een potentiële besmettingsroute waarbij transmissie van micro-organismen kan plaatsvinden van de ene naar de andere persoon. Handhygiëne kan dit voorkomen. Maar hoe wassen we onze handen nu echt goed? En welke effecten heeft dit op onze huid en hoe verzorgen we onze huid op een goede manier?

De huid is opgebouwd uit verschillende lagen, met in iedere laag micro-organismen. Micro-organismen zijn grofweg te verdelen in: de residente micro-organismen (ofwel de blijvende flora) en de transiënte micro-organismen (ofwel de tijdelijke flora).

Tot de residente flora behoren de micro-organismen die aanwezig zijn in de diepere huidlagen. Deze micro-organismen zijn bijna niet uit de diepere huidlagen te verwijderen. Over het algemeen zijn residente micro-organismen weinig pathogeen.

Tot de transiënte flora behoren de micro-organismen die boven op de huid zitten en die daar gekomen zijn door contact met andere mensen of met voorwerpen en dergelijke. Deze micro-organismen zijn gemakkelijk te verwijderen door het reinigen van de handen met water en zeep. De van zieke mensen afkomstige micro-organismen waarmee men kan zijn besmet, zijn vaak pathogeen.

De handen zijn een belangrijke besmettingsweg. Handhygiëne is één van de belangrijkste maatregelen om overdracht van micro-organismen naar (andere) personen, lichaamsdelen of voorwerpen (en vice versa) te voorkomen.

Handreiniging

Handreiniging is het verwijderen van vuil met water en zeep en een deel van de transiënte (tijdelijke) flora. Handhygiëne dien je toe te passen bij zichtbare verontreiniging, na een toiletbezoek, na het snuiten van de neus, na hoesten of niezen, na het uittrekken van handschoenen, na contact met lichaamsvloeistoffen (direct of indirect), voor en direct na contact met de cliënt en voor schone/steriele handelingen.

Handhygiëne dient als volgt plaats te vinden:

- Open de kraan met de elleboogbediening.
- Maak de handen goed nat en voorzie deze van vloeibare zeep uit een dispenser, zonder het tuitje van de dispenser aan te raken.
- Wrijf de handen vervolgens gedurende 10 seconden goed over elkaar, waarbij vingertoppen, duimen en gebieden tussen de vingers en de polsen goed moeten worden ingewreven.
- Spoel de zeepresten goed van de handen met flink stromend water. Zorg ervoor dat alle zeepresten verdwenen zijn.
- Dep de handen goed droog met een papieren handdoek, ook de polsen en de huid tussen de vingers drogen.
- Sluit de kraan met de elleboog of de papieren handdoek. Deponeer de gebruikte papieren handdoek in de daarvoor bestemde afvalcontainer.

Handdesinfectie

Handdesinfectie is ook een optie met een handalcohol. Kies gebruiksvriendelijke handalcohol met terugvettende bestanddelen. De handalcohol moet



“Het wordt afgeraden om na het wassen van de handen met water en zeep, ook nog de handen te desinfecteren met handalcohol.”

voldoen aan de Europese normering EN 1500 en zijn toegelaten door het Ctgb. Alleen bij zichtbare vervuiling op de handen moeten deze ook gewassen worden met water en zeep. Handdesinfectie is het door middel van een handalcohol snel reduceren van de transiënte (tijdelijke) en residente (blijvende) flora die op de handen aanwezig is. Aan handalcohol zijn terugvettende bestanddelen toegevoegd die ervoor zorgen dat de handen niet uitdrogen.

Het gebruik van desinfecterende zeep of van chloor-hexidinescrub is niet zinvol vanuit het oogpunt van infectiepreventie. Het wordt afgeraden om na het wassen van de handen met water en zeep ook nog de handen te desinfecteren met handalcohol. Zogenaamde dubbele handhygiëne is namelijk een grote belasting voor de handen.

Handdesinfectie dient als volgt plaats te vinden.

- Breng uit de dispenser handalcohol aan op de droge handen, zonder daarbij het tuitje van de dispenser aan te raken
- Neem zoveel handalcohol dat het kuiltje van één hand met handalcohol is gevuld. Deze hoeveelheid is nodig om de handen geheel te desinfecteren.
- Wrijf de handen gedurende 30 seconden zorgvuldig over elkaar, tot de huid droog is. Ook de vingertoppen, duimen, gebieden tussen de vingers en de polsen grondig inwrijven.
- Bij niet of onvoldoende droging van de alcohol is het effect minder en bestaat bovendien de kans bij aansluitend gebruik van handschoenen, op huidirritatie.



Droge en jeukende handen

Veelvuldig handen wassen kan helaas vervelende gevolgen hebben voor de huid: deze kan erg droog worden. Dat gebeurt zo: de buitenste laag van de huid, de hoornlaag, wordt beschermd door een klein vetlaagje. Deze beschermt de huid tegen bacteriën en stoffen van buitenaf. Wanneer je je handen wast, beschadig je dat vetlaagje. Een hogere doorlaatbaarheid van de huid betekent een slechtere barrière, wat weer betekent dat bacteriën, schimmels, virussen gemakkelijker de huid kunnen binnendringen. Met droge handen loop je dus meer kans op infecties. Bij een droge huid (ook wel xerosis cutis genoemd in medische termen) is de huid zoveel vocht verloren dat hij droog wordt en gaat schilferen. Soms gaat de huid jeuken, en kunnen kloofjes ontstaan; dit kan uitmonden in eczeem. Een goed voorbeeld van eczeem door een droge huid is het craquelé eczeem. Hierbij ontstaan er door de droge huid, scheurtjes in de huid, lijkend op verfborstjes (craquelé). Dit zien we vaak bij ouderen. Naast het vele handen wassen kan een hoge temperatuur ook leiden tot een droge huid. Heb jij snel een droge huid, zet de verwarming thuis dan ook minder hoog, zodat de lucht niet te droog wordt. Of plaats vochtverdamers om de vochtigheidsgraad van de lucht op peil te houden.

Praktische tips tegen jeuk

Krijg je last van jeukende handen? Hieronder enkele eenvoudige tips die jeuk kunnen helpen voorkomen of verminderen:

- Douche kort, met lauw water en niet elke dag. Gebruik geen zeep of douchegel, maar douche-of badolie. Dep de huid droog, niet wrijven, en vet de nog licht vochtige huid gelijk in.
- Was kleding met een mild wasmiddel, gebruik geen wasverzachter en kies voor een extra grondig spoelprogramma. Draag geen wol maar katoen. Draag ruim zittende kleding.
- Zorg voor een koele slaapkamer, met goede ventilatie. Slaap onder een of meerdere lakens in plaats van een dekbed.
- Knip de nagels kort en vijl ze glad. Draag 's nachts eventueel katoenen handschoentjes tegen het krabben.
- Koel de jeukende huid. Leg bijvoorbeeld kleding in de koelkast voor het dragen, of druk met een koude lepel op de jeukende plek. Denk ook aan coldpacks, die in verschillende vormen en maten te krijgen zijn.
- Voorkom krabben: wrijf of klop liever.

Het verzorgen van een droge huid

Vermijd (naast het nodige handen wassen voor de hygiëne) zepen en gels; deze zijn namelijk de oorzaak dat de huid uitdroogt. Gebruik liever

“Een product op oliebasis, zonder zeep en parfumvrij, voorkomt dat het vetlaagje van de huid verdwijnt en verkleint de kans op irritatie.”

zeepvrije producten of een olie. Een product op oliebasis, zonder zeep en parfumvrij, voorkomt dat het vetlaagje van de huid verdwijnt en verkleint de kans op irritatie. Daarnaast is het beter voor de huid als de wasbeurten niet te lang zijn (niet langer dan 1 minuut) en er met lauw water wordt gewassen om de huid niet te veel te laten uitdrogen. Dep na het wassen je handen droog zodat de olie nog wat op de huid blijft zitten en dan direct daarna invetten met een vette crème of zalf: bijvoorbeeld cetomacrogolzalf, lanettezalf, koelzalf, paraffinevaseline, vaseline-lanettecrème en cetomacrogolcrème. Deze zijn zonder recept verkrijgbaar zijn bij drogist of apotheek. Deze creëren een dunne afdekkende laag, waardoor het waterverlies afneemt.

Niet elk crème of zalf (emolliens) is geschikt voor elke huid. Er is veel keuze en het is belangrijk dat een schoonheidsspecialist een emolliens kiest die hij/zij fijn vindt om te gebruiken. Deze moet namelijk frequent (zo vaak mogelijk) per dag aan worden gebracht. De voorkeur voor een bepaalde crème of zalf is heel persoonlijk, het is belangrijk dat een crème of zalf prettig smeert en goed aanvoelt. Bepaalde omstandigheden, zoals het seizoen, kunnen ook een rol spelen. 's Zomers wordt vaak een mindere vette crème of zalf gebruikt dan in de winter en 's ochtends vaak een minder vette crème of zalf dan 's avonds. De crème of zalf dient sowieso na het handen wassen te worden aangebracht maar mag ook vaker gedurende de dag worden aangebracht. Afhankelijk van de droogte van de huid kan worden gekozen uit een crème (iets minder droge huid), een vette crème (drogere huid) of zalf (zeer droge huid). Gebruik geen bodylotion voor je handen omdat daar te veel water in zit en de huid uitdroogt.

Praktische tips voor in de salon (tijdens corona-periode)

- Vraag uw cliënt van tevoren of er klachten (verkoudheid, hoesten, koorts etcetera) zijn.
- Bied bij binnenkomst de gelegenheid aan om de handen te desinfecteren en/of handschoenen aan te doen en eventueel een mondkapje.
- Werk met wegwerp koffiebekers, plastic wegwerp schorten etcetera.
- Gebruik hoezen en handdoeken die op hoge temperatuur gewassen kunnen worden.
- Houd voldoende tijd tussen de afspraken zodat u de tijd hebt om de ruimte te desinfecteren.
- Zorg voor voldoende materialen zodat u tussentijds niet alle materialen hoeft te desinfecteren.

Opleidingen U-Consultancy www.uconsultancy.nl

Basisopleiding (module 1 t/m 4)

- Dalfsen 31 augustus en 1 september
- Riethoven, 3 september en 5 oktober
- Nieuwegein, 7 en 8 september
- Brasschaat, 14 en 15 september

Vervolgopleiding (module 5 t/m 8)

- Brasschaat, 16 en 17 nov
- Dalfsen, 9 en 10 nov
- Riethoven 26 oktober en 19 november
- Nieuwegein 5 en 6 november

Specialisatie huidverbeteringsmassage

- Nieuwegein, 26 oktober, 2, 9, 16, 23 november, 7 december

Opfrisdag Bindweefselmassage gelaat en lichaam

- Nieuwegein, dinsdag 6 oktober

Haar-hoofdhuid-nekmassage

- Nieuwegein, maandag 5 oktober

Specialisatie Voeding

- Nieuwegein, 7 en 8 september

Nieuw! Huidverzorging en massage bij oncologische cliënten

- Nieuwegein, 2 en 17 september, 21 november, 2 en 12 december

HBO-conform geaccrediteerde opleiding Medisch Schoonheidsspecialist / Masterclass Dermatologie (module 9 t/m 18)

*Alleen te volgen na behalen
certificaat basis- en
vervolgopleiding*

Module 9. Specialisatie Acne Medisch bekeken

- Nieuwegein, 31 augustus, 1 september, 21 september, 27 oktober

- Nieuwegein, 31 augustus, 14 september, 28 september, 12 november

Module 10. Specialisatie Medische camouflage

- Nieuwegein, 3 september, 17 september, 24 september, 29 oktober

Module 11. Specialisatie ontharingstechnieken. Elektrisch ontharen, diathermie- en blendmethode

- Nieuwegein, 15 september, 22 september, 1 oktober, 17 november, 26 november, 1 december

Module 12. Specialisatie Laser en flitslicht

- Nieuwegein, 2 september, 23 september, 11 november en 1 december

Module 13 Professionele praktijkvoering

- Nieuwegein, 16 september en 30 november

Module 14. Signalering en preventie van huidkanker

- Nieuwegein, 1 december

Module 15. Huidfotografie en verwijzing naar eerste lijn

- Nieuwegein, 28 mei 2021

Module 16. Cosmeceuticals

- Nieuwegein, 30 november

Module 17. Behandeling van litttekens

- Nieuwegein, 23 november theorie en 24 november praktijk

Module 18. Medische communicatie en dossiervorming

- Nieuwegein, 5 juli