

# Handeczeem, hoe ga jij er mee om?

Handeczeem is een veelvoorkomend probleem binnen de schoonheidsbranche. Schoonheidsspecialisten werken dagelijks met water, reinigingsproducten, cosmetica en handschoenen. Deze combinatie vormt een voortdurende belasting voor de huid van de handen. Handeczeem is niet alleen zichtbaar en soms pijnlijk, maar kan ook het uitvoeren van behandelingen bemoeilijken en een grote impact hebben op werkplezier en kwaliteit van leven.



C.M. Carla Uppelschoten,  
directeur, U-Consultancy, Nieuwegein

**H**andeczeem is een ontsteking van de huid van de handen. De huid kan rood en schilferig zijn, er kunnen kloofjes of blaasjes ontstaan en jeuk staat vaak op de voorgrond. Soms is er sprake van nattende plekken, in andere gevallen overheerst juist extreme droogheid. Het eczeem kan plotseling ontstaan, maar ook geleidelijk een chronisch karakter krijgen. Bij het ontstaan van handeczeem spelen meerdere factoren tegelijk een rol. Een verminderde huidbarrière is daarbij bijna altijd aanwezig. Deze barrière, die zich vooral in de hoornlaag van de huid bevindt, heeft als functie om vocht vast te houden en schadelijke stoffen van buitenaf te weren. Wanneer deze barrière beschadigd raakt, neemt het vochtverlies toe en kunnen irriterende stoffen en allergenen gemakkelijker binnendringen. Dit leidt tot ontsteking en eczeemklachten.

## **Handeczeem en het beroep schoonheidsspecialist**

Binnen het vak van schoonheidsspecialist komen meerdere risicofactoren samen. Veelvuldig handen wassen en desinfecteren tast het natuurlijke vetlaagje van de huid aan. Contact met water, reinigingsmiddelen en cosmetische producten versterkt dit effect. Het dragen van handschoenen is vaak nodig vanuit hygiënisch oogpunt, maar kan door warmte en afsluiting de huid verder verzwakken. Bij veel schoonheidsspecialisten is sprake van een combinatie van verschillende vormen van handeczeem. Irritatief handeczeem ontstaat door herhaalde blootstelling aan water en zeep. Contact allergisch handeczeem kan optreden bij allergie voor bijvoorbeeld conserveermiddelen en parfumsstoffen. Daarnaast hebben mensen met een atopische aanleg van nature een kwetsbaardere huid, waardoor zij sneller klachten ontwikkelen.

## **De invloed van luchtvochtigheid**

Een factor die vaak wordt onderschat, is luchtvochtigheid. Bij koude weersomstandigheden

## Opleidingen U-Consultancy

### Opleiding Medisch

**Schoonheidsspecialist Dermatologie®**  
HBO-conform geaccrediteerde door de SNRO

Speciaal voor schoonheidsspecialisten biedt U-Consultancy een opleidingstraject van 18 modules aan om kennis en inzicht te vergroten van huidproblemen en de bijbehorende behandeling. De lessen worden gegeven door Dermatologen. Zo kun je als schoonheidsspecialist huidproblematiek herkennen en relevante voorlichting en huidverbeterende behandelingen geven aan je klanten. Dit traject gaat van start met een basis- en vervolg opleiding dermatologie, hierna kun je op eigen tempo de masterclasses doorlopen.

### Basisopleiding Dermatologie (module 1 t/m 4-2 dagen) - 38 SKIN punten

Nieuwegein: 31 augustus en 1 september 2026  
Curaçao: 18 en 19 januari 2027

### Vervolgopleiding Dermatologie (module 5 t/m 8- 2 dagen) -12 SKIN punten.

Brasschaat: 5 en 6 oktober 2026  
Nieuwegein: 26 en 27 oktober 2026  
Riethoven: 16 november en 30 november 2026  
Curaçao: 21 januari en 22 januari 2027

### Studiereis Curaçao (16 t/m 24 januari 2027)

Basisopleiding Dermatologie: 18 en 19 januari 2027  
Vervolgopleiding Dermatologie: 21 en 22 januari 2027  
Masterclass. Cosmeceuticals (1 dag): 18 januari 2027  
Masterclass. Huidfotografie en verwijzing naar eerste lijn (1 dag): 19 januari 2027  
Masterclass. Signalering en preventie van huidkanker (1 dag): 21 januari 2027  
Masterclass. Medische communicatie en dossiervorming (1 dag): 22 januari 2027

### Masterclasses Dermatologie (module 9 t/m 18)

(Vrijstellingen mogelijk voor module 9,10,11,12 en 13)

### Module 9. Specialisatie Acne Medisch bekeken (4 dagen) - 12 SKIN punten

Nieuwegein: 31 augustus en 21 september, 10 en 17 november 2026

### Module 10. Specialisatie Medische camouflage (4 dagen) - 19 SKIN punten

**Module 11. Specialisatie ontharingstechnieken. Elektrische ontharen, diathermie -en blendmethode (6 dagen) - 50 SKIN punten**

**Module 12. Specialisatie Laser en flitslicht (4 dagen) - 50 SKIN punten**  
Nieuwegein: 2 en 23 september, 3 en 24 november 2025

**Module 13. Professionele praktijkvoering (2 dagen)**  
Nieuwegein: 1 april en 3 juni 2026

**Module 14. Signalering en preventie van huidkanker (1 dag)**  
Nieuwegein: 11 mei 2026  
Nieuwegein: 7 september 2026

**Module 15. Huidfotografie en verwijzing naar eerste lijn (1 dag)**  
Nieuwegein: 13 maart 2026

**Module 16. Cosmeceuticals (1 dag)**  
Nieuwegein: 1 juni 2026

**Module 17. Behandeling van littekens, chemische peeling, microdermabrasie en microneedling (2 dagen)**  
Nieuwegein: 14 en 15 september 2026

**Module 18. Medische communicatie en dossiervorming (1 dag)**  
Nieuwegein: 30 september 2026

### Overige opleidingen

**Huidverzorging en massage bij oncologische cliënten (6 dagen) - 47 SKIN punten**  
Nieuwegein: 22 september, 7 oktober, 28 oktober, 6 november, 19 november + 1 stagedag ziekenhuis 2026

**Voeding en de huid (2 dagen) - 14 SKIN punten**  
Nieuwegein: 13 en 14 april 2026  
Nieuwegein: 9 en 10 november 2026

**Vaardigheidstraining in de diagnostiek van voetschimmel en nagelmycose (1 dag):**  
Nieuwegein: 19 juni 2026  
Nieuwegein: 20 november 2026

**Haar-hoofdhuid-nekmassage (1 dag)**  
Nieuwegein: 7 december 2026

**Informatie**  
U-Consultancy, Nieuwegein,  
Edisonbaan 8  
Tel.: 030-6044170, e-mail: info@uconsultancy.nl, www.uconsultancy.nl

## In vliegtuigen is de luchtvochtigheid extreem laag, vaak vergelijkbaar met die van een woestijn.

is de lucht buiten droger en wordt binnen vaak verwarmd. Hierdoor daalt de relatieve luchtvochtigheid aanzienlijk. In een droge omgeving verdampt meer water uit de huid, wat leidt tot een droge, trekkerige huid en een verdere aantasting van de huidbarrière. Ook tijdens vlieguren speelt dit mechanisme een belangrijke rol. In vliegtuigen is de luchtvochtigheid extreem laag, vaak vergelijkbaar met die van een woestijn. Tijdens een vlucht verliest de huid daardoor in korte tijd veel vocht. Bij mensen met een al kwetsbare huid kan dit een duidelijke verergering van handeczeem veroorzaken. Klachten zoals droogheid, schilfering en kloofjes nemen dan snel toe. Voor schoonheidsspecialisten die regelmatig veel in een droge binnen omgeving werken, is het extra belangrijk om hier rekening mee te houden. Het consequent gebruiken van een vette, indifferente crème of zalf helpt om het vochtverlies te beperken en de huidbarrière te ondersteunen.

### Preventie en verzorging

De basis van de behandeling van handeczeem ligt in preventie en goede huidverzorging. Zoveel mogelijk beperking van contact met irriterende stoffen is essentieel, zowel op het werk als thuis. Mild handen wassen, goed afdrogen en direct daarna insmeren helpt de huidbarrière te herstellen. Het regelmatig gebruik van een neutrale, vette crème of zalf is geen luxe, maar een noodzakelijk onderdeel van huidzorg. Bij opvlammingen van handeczeem kan

behandeling met lokale corticosteroiden nodig zijn, altijd in combinatie met indifferente middelen. Goede voorlichting en therapietrouw zijn hierbij van groot belang. Voor schoonheidsspecialisten is het bovendien belangrijk om klachten tijdig te herkennen en zo nodig te overleggen met de huisarts of dermatoloog.

### Praktische tips voor jezelf en je klanten

In de salon kan met relatief eenvoudige maatregelen veel winst worden behaald, zowel voor jezelf als voor je klanten. Voor de schoonheidsspecialist begint dit bij eigen huidzorg. Kies bij voorkeur voor milde, ongeparfumeerde producten en vermijd onnodig contact met water. Was de handen alleen wanneer dit echt nodig is en gebruik, indien mogelijk, een alcoholhoudend handdesinfectans in plaats van zeep. Draag bij huishoudelijke klussen nitril handschoenen. Zorg dat er altijd een geschikte handcrème of zalf binnen handbereik is en maak het insmeren een vast onderdeel van

het werkritme, bijvoorbeeld na elke handwasbeurt en aan het einde van de werkdag. Voor de nacht kan je eventueel een zalf aanbrengen in plaats van een crème. Het dragen van handschoenen blijft belangrijk, maar wissel ze regelmatig en draag ze niet langer dan noodzakelijk. Bij langdurig handschoengebruik kan een katoenen onderhandschoen helpen om transpiratie en irritatie te verminderen.

Ook bij klanten speelt preventie een rol. Signaleer vroegtijdig een droge, schilferige of geïrriteerde huid van de handen en bespreek dit laagdrempelig. Veel klanten herkennen beginnende klachten niet als handeczeem. Door uitleg te geven over het belang van een intacte huidbarrière en het regelmatig gebruik van een passende handcrème, kan verergering vaak worden voorkomen.

Let bij zowel jezelf als bij klanten op het dragen van ringen. Onder sieraden blijven gemakkelijk water en irriterende stoffen achter, wat het eczeem kan onderhouden. In de winter of bij een droge salonomgeving is extra aandacht nodig, bijvoorbeeld door vaker te smeren of 's nachts een vette zalf te gebruiken met katoenen handschoenen. Ook bij reizen of vakanties, zoals vlieguren, is het verstandig om een vette handzalf mee te nemen en deze meerdere keren per dag te gebruiken. Hiermee wordt het uitdrogende effect van droge lucht deels gecompenseerd.

### Tot slot

Handeczeem is een multifactoriële huidaanandoening die in de schoonheidsbranche veel voorkomt. Naast bekende factoren zoals nat werk en contact met irriterende stoffen, speelt ook luchtvochtigheid een belangrijke rol. Door aandacht te hebben voor huidverzorging, werkomstandigheden en omgevingsfactoren kan verergering van klachten vaak worden voorkomen. Daarmee blijft niet alleen de huid, maar ook het vak duurzaam uitvoerbaar.

### Bronnen

<https://nvdv.nl/folders/handeczeem>

U-Consultancy presentatie handeczeem dag VMCE

