

53. Jahrgang

Sicherheitsingenieur

Fachzeitschrift für betriebliches Sicherheitsmanagement und Prävention





Explosionsschutz Prüfungen gemäß BetrSichV



HinweisgeberschutzgesetzDie Folgen für Arbeitsschützer



Wearables: Digitale Helfer
Arbeitsschutz + Datenschutz!

Hygiene gilt nicht nur für die Hände

So vermeiden Sie Fußpilz

Beschäftigte, die beruflich viel auf den Beinen sind, können schnell schwitzende Füße bekommen. Das riecht nicht nur schlecht, sondern kann auch zu Fußpilz führen, der die Haut schädigt und sogar zu Ausfallzeiten führen kann. Anja Dick, Desinfektions-Expertin beim Euskirchener Hersteller Peter Greven Physioderm (PGP) gibt Tipps, wie sich das Fußpilz-Risiko deutlich senken und die Fußgesundheit erhalten lässt.





Produktmanagerin Desinfektion, Peter Greven Physioderm (PGP)

anz gleich, ob in der Industrie, im ☑Handwerk, in der Logistik oder in Dienstleistungsbranchen: In vielen Branchen und bei vielen Tätigkeiten sind die Beschäftigten oft stundenlang auf den Beinen und in Sicherheitsschuhen unterwegs. Dabei können die Füße schnell ins Schwitzen geraten. Die Folge: Schweißfüße. Diese sind nicht nur ein Problem für empfindliche Nasen. Wenn die Füße schwitzen, kann das auch zu Ermüdungserscheinungen führen. Wer jeden Arbeitstag mindestens acht Stunden auf den Beinen ist, weiß, was das bedeutet: Jeder Schritt fällt schwer, die Konzentration leidet, was für die Arbeitsergebnisse in der Regel nicht gerade förderlich ist. Hinzu kommt die hygienische Komponente dieses Thema hat durch die Corona-Pandemie ja eine völlig neue Bedeutung bekommen. Zwar stinkt Schweiß an sich nicht. Ein feuchtes und warmes Klima, wie es bei hohen Temperaturen im Schuh herrschen kann, ist aber eine ideale Brutstätte für Bakterien. Und Bakterien wiederum zersetzen den Schweiß, wobei unter anderem Ameisen- und Buttersäure entsteht. Die nimmt der Mensch als stechenden Geruch wahr – als den typischen Geruch von Käsefüßen. Beschäftigte, die besonders von diesem Phänomen betroffen sind, können unter starken Schamge-

fühlen leiden. Besonders dann, wenn sie sich in Sammelumkleiden umziehen und alle Kollegen ihre Füße riechen.

Feuchtes und warmes Klima ist ideal für das Wachstum von Bakterien und Pilzen

Schweißfüße sind aber nicht das einzige Problem, wenn Beschäftigte viel unterwegs sind. Denn im feuchten und warmen Klima der Schuhe finden nicht nur die für den Schweißgeruch verantwortlichen Bakterien ideale Bedingungen vor - sondern auch Fußpilz. Das ist für die Gesundheit der Beschäftigten schlecht, denn Fußpilz kann die Hautbarriere schädigen und zu Rötungen und Rissen an den Füßen führen. Gleiches gilt für Fußekzeme. Diese treten häufig auf, wenn eine ohnehin schon belastete Haut, deren Regenerationsfähigkeit durch das feuchte Milieu

behindert wird, mit mechanischen Belastungen konfrontiert wird – zum Beispiel durch Druck oder Reibung und Kontakt mit sensibilisierenden Schuhmaterialien wie Leder, Gummi, Klebstoffe, Metall oder Farbstoffe.

Wie bei allen Hauterkrankungen können auch Erkrankungen der Füße im Extremfall zu Ausfallzeiten führen. Doch während die Händedesinfektion durch die Corona-Pandemie erheblich an Bedeutung gewonnen hat (siehe Infokasten), segelt die Fußhygiene und -desinfektion weiter unter dem Radar. Das ist schade, denn wer einige Tipps beherzigt und unter anderem Fußdesinfektionsmittel anwendet, kann seine Füße gesund halten und sein Fußpilz-Risiko erheblich senken.

Um das Fußpilz-Risiko zu senken, ist das Tragen geeigneter Socken wichtig. Die Berufsgenossenschaft Nahrungsmit-



Für Fußgesundheit und Fußhygiene sind auch die Zehenzwischenräume von Bedeutung.

Desinfektion: Die vierte Säule im beruflichen Hautschutz

Von einigen Branchen wie der Pflege oder der Lebensmittelindustrie einmal abgesehen, spielten Desinfektionsmittel vor der Corona-Pandemie eher eine Nebenrolle im beruflichen Hautschutz. Ihre Bedeutung zeigte sich zwar immer wieder phasenweise und saisonal wie etwa in der jährlichen Grippezeit. Ansonsten wurden Desinfektionsmittel von den Hautschutz-Verantwortlichen in vielen Branchen aber eher als optionales "nice to have" angesehen – und nicht als elementarer Bestandteil eines systematischen Hautschutzkonzepts. Das hat sich durch die Pandemie grundlegend verändert. Mittlerweile ist die Bedeutung der Desinfektion allgemein anerkannt und Desinfektionsmittel gelten heute als die vierte Säule des beruflichen Hautschutzes. Ursprünglich war im beruflichen Hautschutz vom Drei-Säulen-Modell die Rede. Darunter verstand man ein systematisches und aufeinander abgestimmtes Konzept von Mitteln und Maßnahmen zum Hautschutz, zur Hautreinigung und -pflege. Dieses Modell ist nun zum Vier-Säulen-Modell geworden.

tel und Gastgewerbe, deren Mitglieder stark von der Thematik betroffen sind, rät in ihrem Leitfaden "Fußgesund im Beruf", die Auswahl der Socken von den Schuhmaterialien abhängig zu machen. Wer Schuhe mit Funktionsmembranen trage, der solle auch auf Funktionssocken zurückgreifen. Bei Schuhen aus Leder oder synthetischen Materialien seien Baumwollsocken die bessere Wahl.

Die Schuhe sollten atmungsaktiv sein

Womit wir bei den Schuhen wären, deren Auswahl ein weiterer wichtiger As-

pekt für die Fußpilz-Prophylaxe ist. Die Schuhe sollten grundsätzlich atmungsaktiv und luftdurchlässig sein. Außerdem ist es von entscheidender Bedeutung, dass sie gut passen und nicht hin und her rutschen. Um die Atmungsaktivität der Schuhe zu erhalten, müssen sie regelmäßig gepflegt werden. Denn wenn der Schuh von außen zu stark verschmutzt, kann es sein, dass sein Obermaterial oder seine Klimamembran in ihrer Atmungsaktivität eingeschränkt werden. Die Hitze staut sich in der Folge im Schuh und kann nicht mehr entweichen. Das feuchtwarme Fußklima, das es zu verhindern gilt, entsteht.

Mit den richtigen Socken und Schuhen alleine ist es jedoch nicht getan. So müssen die Schuhe nach dem Tragen ausreichend lange getrocknet werden. Es kann sogar empfehlenswert sein, zwei Paar Schuhe im Wechsel zu tragen, um die Trockenzeit zu verlängern. Auch bei den Socken gilt, dass sie regelmäßig, also täglich, gewechselt werden sollten. Zudem sollten Socken immer bei 60 Grad gewaschen werden, um Keime und Bakterien abzutöten.

Immens bedeutsam für die Fußgesundheit ist die Fußhygiene: Die Füße sollten in jedem Fall täglich gewaschen werden. Und auch auf das richtige Trocknen muss man achten – besonders in den Zehenzwischenräumen. Dafür ist sogar ein eigenes Handtuch zum Abtrocknen ratsam. Und natürlich sollten alle, die sich in Gemeinschaftsduschen waschen, immer Badeschuhe tragen und nie mit nackten Füßen durch die gemeinschaftlich genutzten Räume laufen.

Erst Desinfektionsmittel komplettieren die Fußhygiene

Auch wer alle diese Regeln beachtet, kommt jedoch nicht darum herum, Desinfektionsmittel für die Füße zu verwenden, denn erst diese komplettieren die Fußhygiene. Sprays wie das Myxal Fuß-Spray sorgen für ein angenehmes und erfrischendes Fußklima. Sie können direkt auf die Füße aufgetragen werden, eignen sich aber auch zur Desinfektion von Schuhen, Strümpfen oder Berufskleidung. Das Myxal Fuß-Spray hat zudem eine belebende Wirkung auf die Füße. Außerdem beugt es Fußpilz vor und ist antibakteriell, Bakterien werden also abgetötet und unangenehme Gerüche lassen sich somit verhindern. Das Pump-Spray ist alkoholfrei und dadurch sehr gut hautverträglich und nicht hautreizend. Das ist besonders wichtig, weil Beschäftigte im Fußbereich immer mal wieder mit kleineren Verletzungen zu kämpfen haben.



Schwitzende Füße sind, vor allem im Sommer, für Beschäftigte in vielen Branchen ein Thema.