

## Hände brauchen Schutz

Damit krank machende Bakterien, Pilze und Viren in der Schule nicht weitergegeben werden, machst du dir die Hände häufig mit Seife oder Desinfektionsmittel sauber.



Foto: Dominik Buschardt

**Aber Vorsicht!** Wäschst du dir zu oft die Hände oder nutzt Desinfektionsmittel, so kann der hauteigene Schutz deiner Hände angegriffen werden. Mit der Reinigung oder Desinfektion entfernst du nämlich auch die hauteigenen Bakterien, die dich vor Krankheiten schützen!

Außerdem wird die Haut an deinen Händen durch das viele Waschen trocken und es können kleine Risse entstehen. 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 Cremes, die sehr hautfreundlich sind, Feuchtigkeit spenden und eine rückfettende Wirkung haben.

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!

Handcreme

rückfettende Stoffe

Hitze

Feuchtigkeit

Sand

Butter

Kälte

Kontakt mit  
Gegenständen

mehr Reinigung