

Anleitung: Hände richtig eincremen



Das richtige Eincremen der Hände sorgt für die ideale Verteilung des Produktes: Die trockenen Handrücken erhalten gleich zu Beginn ihre Extrapolation Pflege. Die Handinnenflächen kommen zum Schluss. So bleiben die Hände trotz Pflege schön griffig.

In folgenden Situationen ist die Pflege der Hände wichtig:

- Nach dem Händewaschen
- In den Pausen
- Am Arbeitende
- Vor dem Schlafengehen

Die Berufsgenossenschaft für Gesundheitsdienst und Wohlfahrtspflege (BGW) empfiehlt, sich mehrmals am Tag die Hände einzucremen.

Quelle: BGW (2020): Nach dem Händewaschen ist vor dem Eincremen

1



Eine kleine Menge Creme auf den Handrücken auftragen. Die Hände sollten sauber und trocken sein.

2



Beide Handrücken aneinander reiben, sodass die Creme gut einziehen kann.

3



Als Nächstes die Creme sorgfältig in den Fingerzwischenräumen verreiben.

4



Anschließend die Creme gut in die Nagelfalze und Fingerspitzen einarbeiten

5



Restliche Creme in den Handflächen verteilen. Dabei die Hände wie beim Händewaschen aneinander reiben