Skin Beauty

TROTZ MASKENPFLICHT

So habt ihr nix zu verstecken!

© Credit puhhha/Shutterstock.com

Klar ist: Mund-Nasen-Masken (MNS) schützen. Gut: Wenn man einen Pickel hat, kann man ihn prima darunter verstecken. Schlecht: Das permanente Tragen führt wiederum selbst zu unschönen Hautirritationen. Unsere Pflegetipps (nicht nur) während der Corona-Pandemie.

Die Einführung der Maskenpflicht hat uns im doppelten Sinne getroffen: Nicht nur, dass der „Run" auf die Mund-Nasen-Bedeckungen die Preise dafür von null auf hundert in die Höhe schießen und uns bei der Nachbestellung regelmäßig verzweifeln ließen… Außerdem haben wir die Dinger nun quasi 24/7 im Gesicht – nicht nur zur Behandlung der Patienten wie sonst.

Das macht die Maske mit unserer Haut

Ob FFP2-Atemschutzmaske bei der Arbeit oder die DIY-Stoffvariante nach Feierabend – eines haben alle gemein: Der Feuchtigkeitsstau darunter sorgt bei unserer Haut für Unbehagen. Doch zum ordnungsgemäßen Gebrauch gehört es nun mal, dass die Maske dicht am Gesicht sitzt. Das unvermeidbare Einfangen des eigenen Atems erzeugt ein feucht-warmes Klima – wir schwitzen. Nicht selten fängt die Haut zusätzlich an zu jucken, und schon durch kurzes sanftes Kratzen wird die obere Hautschicht verletzt. Im Worst Case können sich die kleinen Hautrisse entzünden und zu einer Infektion führen. Abgesehen davon sorgt die Reibung an den Kontaktpunkten nicht selten für unangenehme Druckstellen.

Was also tun?

Make-up vermeiden

Make-up lässt die Haut noch schlechter atmen und kann außerdem zur Verstopfung der Talgdrüsen und Poren führen, was alles nur schlimmer macht. Außerdem würde es sowieso nur verschmiert in der Maske landen. Also die Foundation lieber im Regal lassen und stattdessen zu Lidschatten und Wimperntusche greifen.

Kurze Tragdauer, regelmäßiger Wechsel

Nicht nur nach jedem Patienten, sondern auch, wenn die Maske sich feucht anfühlt, solltest du sie gegen eine neue tauschen. Also Maske ab, Luft ran! Wichtig: Die Haut ganz trocknen lassen, bevor ein neuer MNS angelegt wird.

Richtig pflegen

Reinige deine Haut mit einer sanften Lotion ohne Säure und Co. Mindestens 30 Minuten vor Anlegen der Maske solltest du dein Gesicht mit einem reichhaltigen Balsam eincremen – besonders die Stellen, an denen die Maske die Haut berührt. Bei stark geschädigter Haut hilft Omas Allroundwunder: Vaseline. Sie unterstützt nicht nur die Wundheilung, sondern dient auch als eine Art Prävention vor dem Aufsetzen der Maske.

SOS in der T-Zone

Wer einen Ausschlag oder trockene Haut entwickelt, sollte sich an natürliche Hausmittel mit antibakteriellen und entzündungshemmenden Eigenschaften halten, wie etwa Teebaumöl, Heilerde, Kamille, Honig und Aloe vera. Salicylsäure reinigt tief in den Poren, um überschüssiges Fett und Talg zu reduzieren. Für zwischendurch empfiehlt es sich, immer einen antibakteriellen Toner dabeizuhaben, um das Gesicht schnell zu reinigen und alle Pickel verursachenden Bakterien abzutöten.

Bloß keine Selbstversuche

Desinfizierende Salben oder Cortisoncremes versprechen schnelle Linderung? Ohne ärztliche Rücksprache solltet ihr davon die Finger lassen. Weniger ist mehr!

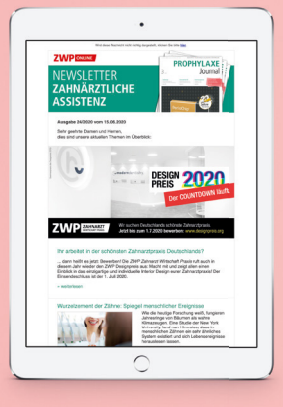
Was hilft euch gegen unreine Haut? Verratet es uns auf unserer Facebook-Seite *Zahnärztliche Assistenz*

Illustrationen: © yopinco – stock.adobe.com

ANZEIGE

WIR ERWECKEN DIE PROPHYLAXE-GÖTTIN IN DIR –

mit dem wöchentlichen Newsletter für die Zahnärztliche Assistenz.



ZWP ONLINE

Das führende Newsportal der Dentalbranche

- Fachartikel
- News
- Veranstaltungen
- Produkte
- Unternehmen
- E-Paper
- CME-Fortbildungen
- Videos und Bilder

JETZT NEWSLETTER ABONNIEREN!

© Goby – unsplash.com

OEMUS MEDIA AG

Holbeinstraße 29 · 04229 Leipzig · Deutschland
Tel.: 0341 48474-0 · info@oemus-media.de

Mit Humor gegen Corona: Kreativ durch die Krise!

Überall „Mimimi“ – von wegen! ZWP online rief zum Kreativcontest gegen die allgemeine Krisenstimmung und zahlreiche Einsendung haben bewiesen: Diese Praxisteams gehören zur Gattung „aufstehen, Krönchen richten und weitermachen“. Unser kleines Best-of!

kwzahnheilkunde

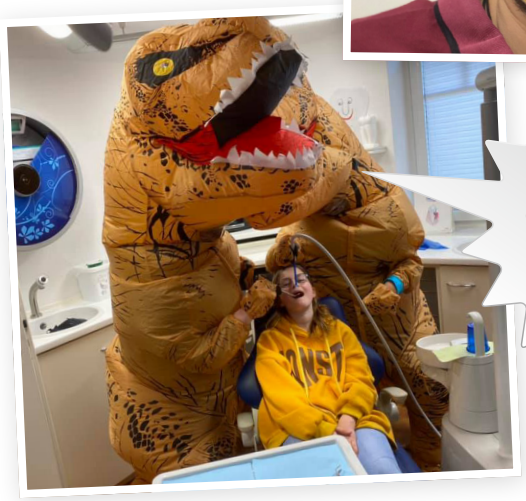
Dentalwarriors – wir bleiben stark für euch!

...

→ fotznspanglerei

Mundschutz **mal anders!**

praxiskuehn ←



Die neuen Schutzanzüge sind da!

zahnarztpraxis.niemeyer

Noch mehr Kreativ-Helden findet ihr im Best-of auf ZWP online

ANZEIGE

Itis-Protect®
Zum Diätmanagement bei Parodontitis

„Mit Itis-Protect können Entzündungen des Zahnhalteapparates effektiv bekämpft werden.“
Wiebke Volkmann, Geschäftsführerin hypo-A GmbH

Studien-geprüft!

Itis-Protect® wirkt – bei beginnender und chronischer Parodontitis

60 % entzündungsfrei in 4 Monaten

- ✓ unterstützt ein gesundes Mikrobiom
- ✓ trägt zur Regeneration von Gewebe bei
- ✓ reduziert Parodontitis-bedingten Zahnverlust
- ✓ stabilisiert das Immunsystem

shop.hypo-a.de

Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke (bilanzierte Diät).
Nicht zur Verwendung als einzige Nahrungsquelle geeignet. Nur unter ärztlicher Aufsicht verwenden.

IP-ZA 2020

Mehr Informationen erhalten Sie unter itis-protect.de
oder über: **hypo-a.de/infos**, Fax: **+49 (0)451 30 41 79**

Praxisstempel:

hypo-A GmbH, Tel.: +49 (0)451 307 21 21, info@hypo-a.de
www.hypo-a.de