

## Vad du som atopiker bör tänka på vid val av handskar

Att välja rätt handske i olika situationer är inte alltid lätt.

Som atopiker har du extra känslig hud och större risk för att utveckla handeksem om du ofta kommer i kontakt med vatten eller kemikalier som kan skada din hud, även nötning och kyla kan försämra din hud. Handskar kan ge bra skydd för din hud oavsett om du redan har handeksem eller ifall du löper risk att få det (se vår info om handeksem).

Här nedan följer lite råd om hur du kan tänka vid val av handskar och exempel på olika handskar som är lämpliga för dig som är atopiker. Har du redan fått handeksem har du en skadad hud och löper större risk att utveckla s k allergiskt kontakteksem. Handskarna i denna text är utvalda med tanke på att du som har handeksem bör undvika handskar som innehåller ämnen som kan ge kontaktallergi. Tänk även på att täta handskar i plast eller gummi inte skall användas för länge då även detta kan skada din hud. Använd ett par tunna bomullshandskar under täta handskar för att skydda huden.

## Förslag på lämpliga handskar

### Skydd mot nötning och smuts

En enkel bomullshandske/bomullsvante att användas i hemmet eller vid torra arbeten skyddar huden mot nötning och smuts, här rekommenderas i första hand en vit ofärgad handske. Tips: en handske med ”noppor” i fingertopparna ger bättre grepp.



Bomullshandske med noppor



Enkel bomullshandske

### Skydd mot väta och kemikalier

Då du ska skydda huden mot väta och kemikalier bör du använda en handske i plast eller gummi. En plasthanhandske i PVC-plast s k vinylhandske är ett bra val vid skydd mot väta eller vattenlösliga ämnen. Gummihandskar kan innehålla allergiframkallande ämnen.



Engångshandske i PVC-plast



Diskhandske i PVC-plast

För andra kemikalier krävs dock att man väljer en handske i ett material som ger bra skydd mot det ämne man skall arbeta med.

Att välja handskar som är hudvänliga

Du bör alltid försöka att välja handskar som inte innehåller ämnen som kan ge kontaktallergi.

Tips:

Välj kromfria läderhandskar, det finns läderhandskar som är vegetabiliskt garvade och handskar i plastmaterial som polyuretan, PU, s k syntetläder. Välj inte handskar som innehåller biocider eller mjukgörande ämnen.



Handske i polyuretan (PU) och textil

Här kan du läsa mer

Faktablad från Centrum för arbets- och miljömedicin  
[ratt\\_anvandning\\_av\\_skyddshandskar\\_2013.pdf \(sll.se\)](#)

JobbaFrisk – en webbsida om hälsa och hållbart studie- och arbetsliv  
[Eksem och en hållbar studietid och ett hållbart yrkesliv \(jobbafrisk.se\)](#)