

# Sterisols Hudskola Nr 6



## Bra bakterier behövs!

Huden är ett av kroppens viktigaste skydd mot både skadliga ämnen och yttre påverkan. Den skyddar också mot ovälkomna virus och bakterier, samtidigt som hudens naturliga skydd består av just – bakterier.

De flesta bakterier på huden är naturliga och är därmed ofarliga. Istället skyddar de mot farliga mikroorganismer, som till exempel svamp. Vår normalflora av mikroorganismer försvarar oss även mot inkräktande bakterier genom att konkurrera om både utrymme och näring. Dessutom skapar sekret från svett- och talgkörtlar en otrevlig miljö för främmande mikroorganismer.

Olika bakterier trivs på olika delar av kroppen – de har med andra ord olika bakterieflora. På bara lillfingret har vi omkring 12 000 bakterier. Men de flesta av hudens bakterier trivs bäst på fuktiga ställen som i armhålor, underlivet och mellan tårna.

Bakterier försvinner när vi tvättar oss och när döda hudceller faller av. Å andra sidan bildas det mycket snabbt

nya bakterier eftersom de förökar sig genom celledning. Flera bakterier kan fördubbla sitt antal på bara 15–30 minuter!

### Handens utsida



### Handens insida



På de mörkare områdena sitter flest bakterier kvar efter en handtvätt. Var därför extra noggrann med dessa områden varje gång du tvättar händerna!

Att en god hygien är viktigt kan låta självklart. Men genom att tvätta oss regelbundet med tvål och vatten kan vi för det mesta hålla balans i den egna bakteriefloran. Och hindra oönskade bakterier från att sprida sig till andra människor eller livsmedel.

Som bekant sprids bakterier oftast via händerna. Därför är det extra viktigt att desinfektera både händer och

redskap inom till exempel hälso- och sjukvården och livsmedelsindustrin.

Handdesinfektioner som innehåller etanol eller isopropanol är mycket effektiva mot mikroorganismer.

När huden är hel hindrar den bakterier från att ta sig in i kroppen. När det däremot uppstår ett sår bildas plötsligt en väg in i kroppen. Då kan de vanligtvis helt ofarliga hudbakterierna tränga in i kroppens olika celler och vävnader. Om de lyckas föröka sig kan de orsaka svåra infektioner. En av de vanligaste hudbakterier som orsakar sårinfektioner är stafylokocker.

Så ta hand om din hud och se till att hålla den smidig med hjälp av våra mjukgörande produkter! Vi har allt från återfettande krämer till fuktig hetsbevarande lotioner.

