suva

Hände richtig eincremen



Schritt 1
Tragen Sie die Hautschutzcreme auf einen Handrücken auf (ca. mandelgrosse Menge).



Schritt 2
Reiben Sie nun Ihre Handrücken aneinander.



Schritt 3
Verreiben Sie die Hautschutzcreme mit den Fingerspitzen der einen Hand in den Fingerzwischenräumen der anderen Hand.



Schritt 4
Verteilen Sie die Hautschutzcreme sorgfältig auf Nagelbett, Nagelfalz und Fingerkuppen.



Schritt 5
Umfassen Sie den Daumen der rechten Hand und reiben Sie ihn kreisend in der geschlossenen linken Handfläche.



Schritt 6
Umfassen Sie nun den Daumen der linken Hand und reiben ihn kreisend in der geschlossenen rechten Handfläche.



Schritt 7
Reiben Sie die Handgelenke sorgfältig ein.





Schritte 8 und 9
Verreiben Sie verbleibende Reste der Hautschutzcreme in den Handflächen. Reiben Sie die Hautschutzcreme mit den Fingerspitzen auch unter die Fingernägel.

Mach's richtig!
Hier zum Video

Publikationsnummer
88357.d (nur als PDF-Datei erhältlich)