



# Maskne

## Huidklachten door het dragen van mondmaskers

Een beslagen bril, niet verstaanbaar en onherkenbaar zijn voor patiënten en collega's. Als je werkt in de zorg weet je hoe vervelend het kan zijn om dag in dag uit een mondmasker te dragen en dat ook nog gedurende een hele dienst. Sommige mensen ervaren net wat meer ongemakken van het dragen hiervan en ontwikkelen maskne. Maar wat is dat nou eigenlijk en belangrijker nog: hoe kom je er weer vanaf?

tekst Britt Rutten | foto Ton de Bruin

# Maskne is een samenvoeging van de woorden masker en acne

## WAT IS MASKNE?

Maskne, je raadt het waarschijnlijk al, is een samenvoeging van de woorden masker en acne. Het is dus een vorm van acne die ontstaat door het veelvuldig dragen van een mondmasker. Mondkapjes dragen is niet nieuw, maar wel iets van deze tijd. Onze gezichten zijn helemaal niet gewend om constant in een vochtige omgeving te zijn. Het gebruik van de mondmaskers kan zorgen voor zweet, wrijving en irritatie. Niet echt prettig voor onze huid dus. Iedere huid reageert anders op het dragen van een mondkapje en maskne kan daarom verschillende vormen aannemen. De een krijgt last van puistjes en ophopingen van vuil en de ander krijgt juist een droge huid met schilfertjes.

## WAT TE DOEN BIJ MASKNE?

Als je merkt dat jouw huid slecht reageert op het dragen van een mondmasker, kan dat erg frustrerend zijn. Helaas zitten we in een situatie waarbij de mondkapjes niet van de een op de andere dag uit ons leven gaan verdwijnen. Maar wat kun je er dan aan doen om de situatie te verbeteren of ervoor te zorgen dat het niet slechter wordt? Heb je last van maskne, lees dan onze tips in het kader.

## OVER DRS LEENARTS

We worden steeds kritischer op huidverzorging en zoeken uit wat we precies op ons lichaam smeren. Liever geen poespas en graag een betaalbaar product. Dat is precies waar Drs Leenarts voor staat. Of je nu op zoek bent naar zonnebrand of bodycrème, Drs Leenarts heeft het allemaal. Inclusief producten voor de verzorging van de babyhuid. Er wordt alleen gewerkt met ingrediënten die écht wat doen voor de huid. De producten hebben een 'allergy tested' keurmerk, dus de kans op een allergische reactie is zeer klein. Ga voor de producten naar jouw plaatselijke Etos of neem een kijkje op de website:

[www.drslleenarts.nl](http://www.drslleenarts.nl)

# Tips

- Nu de huid het zwaar te verduren heeft, is het belangrijk om er extra voorzichtig mee om te gaan en deze niet te veel te belasten. Probeer daarom het dragen van zware make-up, zoals vloeibare foundation, te vermijden.
- Gebruik zachte producten met milde ingrediënten, bijvoorbeeld de verzorgingsproducten van Drs Leenarts.
- Zorg voor extra bescherming vóór je het masker opzet. Dit kun je doen door vooraf een verzorgende gezichtscrème op te smeren. Het is wel belangrijk om deze even te laten intrekken.
- En misschien wel de belangrijkste tip: zorg dat je altijd een schoon mondmasker draagt. Zo voorkom je dat de huid vervuild raakt.

