

Hauptsache Hautschutz

FÜR EIN GESUNDES BERUFSLEBEN



bGw

Berufsgenossenschaft
für Gesundheitsdienst
und Wohlfahrtspflege

Hauptsache Hautschutz

Impressum

Hauptsache Hautschutz

Erstveröffentlichung 02/2005, Stand 05/2010
© 2005 Berufsgenossenschaft für Gesundheitsdienst
und Wohlfahrtspflege – BGW

Herausgeber

Berufsgenossenschaft für Gesundheitsdienst
und Wohlfahrtspflege – BGW
Hauptverwaltung
Pappelallee 35/37
22089 Hamburg

Telefon: (040) 202 07 - 0
Telefax: (040) 202 07 - 24 95
www.bgw-online.de

Bestellnummer

M650

Text

Ilka Graupner, BGW-Grundlagen der Prävention und Rehabilitation
Dr. Ute Pohrt, BGW-Grundlagen der Prävention und Rehabilitation

Redaktion

Sebastian Grimm, BGW-Öffentlichkeitsarbeit

Gestaltung & Satz

Martin Großkinsky – Designer AGD, Hamburg

Druck

Schätzl Druck & Medien e. K., Donauwörth

Gedruckt auf Profisilk – chlorfrei, säurefrei, recyclingfähig,
biologisch abbaubar nach ISO-Norm 9706.

Unsere Haut, unsere Hände: Funktionen und Gefahren

Im wahrsten Sinne des Wortes ein schwerer Brocken: Die Haut eines erwachsenen Menschen bedeckt eine Fläche von anderthalb bis zwei Quadratmetern. Ihr Gewicht macht etwa ein Sechstel des Körpergewichts aus, im Durchschnitt sind das zehn bis zwölf Kilogramm. Damit ist unsere Haut das größte Organ des Menschen. Und gleichzeitig wohl eines der am wenigsten bekannten.

Die Haut hat so viele verschiedene Funktionen wie kaum ein anderes Organ. Ihre Blutgefäße und Schweißdrüsen regulieren den Wärmehaushalt des Körpers. Ihre Nerven nehmen Informationen über Druck, Wärme, Kälte und Schmerz auf. Sie schützt den Körper vor schädlichen Einflüssen aus der Umwelt – aber nicht alles prallt spurlos an ihr ab.

Denn unsere Haut ist nicht nur ein großes Organ, sondern auch ein sehr zartes. Sie ist im Durchschnitt nur wenige Millimeter dick und kann auf Belastungen empfindlich reagieren – schädlich ist vor allem der häufige Kontakt mit Wasser und Chemikalien.

Im Berufsleben werden speziell die Hände beansprucht. Kaum ein anderes Körperteil ist derart hohen Anforderungen ausgesetzt. Häufiges Händewaschen, Feuchtarbeiten, langes Handschuhtragen und der Umgang mit aggressiven Substanzen strapazieren hier die Haut. Kein Wunder, dass Hautkrankheiten an den Händen zu den häufigsten Erkrankungen in Gesundheitsdienst und Wohlfahrtspflege gehören. Menschen mit anlagebedingter Hautempfindlichkeit sind dabei besonders gefährdet.

Nehmen Sie sich deshalb konsequent Zeit für den Schutz und die Pflege Ihrer Hände. Achten Sie auch bei der täglichen Händehygiene auf die richtige Technik, die richtige Methode und die Auswahl geeigneter Mittel. Trockene Haut, Rötungen und Schuppungen sind keinesfalls nur harmlose Schönheitsfehler. Sie sind erste Anzeichen beanspruchter Hände. Reagieren Sie rechtzeitig und wenden Sie sich an Ihren Betriebsarzt, bevor sich chronische Erkrankungen und Allergien entwickeln.

Die Hände sind nicht nur das wichtigste „Körper-Werkzeug“, sie sind die „Visitenkarte“ bei der Kontaktaufnahme mit anderen Menschen. Jeder ist daher bemüht, dass sie heil und gesund sind, gut aussehen und sich angenehm anfühlen. Wir wollen Ihnen mit diesen Informationen dabei helfen, dass auch Sie Ihre Hände nicht verstecken müssen und Ihren Mitmenschen gern die Hand geben.

Risiken: Was die Haut angreift

Besonders im Berufsleben lauern viele Gefahren für Ihre Haut, denn im Arbeitsalltag zeichnen sich viele Tätigkeiten durch eine hohe Wiederholungsrate aus. Die Haut wird durch Arbeiten angegriffen, bei denen

- die Hände mehr als insgesamt zwei Stunden pro Tag der Feuchtigkeit ausgesetzt sind,
- flüssigkeitsdichte Handschuhe länger als zwei Stunden getragen werden müssen,
- die Hände häufig gewaschen werden müssen,
- häufig feuchte Gegenstände angefasst werden müssen (z.B. Geschirr, Wäsche, Werkstücke, Lebensmittel),
- die Hände durch die Arbeit stark verschmutzt werden und intensiv gereinigt werden müssen,
- Kontakt mit aggressiven Stoffen besteht (z.B. Lösemittel, Wasch- und Reinigungsmittel, Desinfektionsmittel, Zement, Friseurchemikalien).

Die Regenerationsfähigkeit der Haut wird dadurch überfordert. Ist die natürliche Schutzfunktion der Haut erst einmal gestört, besteht die Gefahr, dass sich hieraus ein Abnutzungsekzem entwickelt. Erkennbar ist die Schädigung an geröteten, juckenden und geschwollenen Hautstellen. Diese Alarmsignale müssen ernst genommen werden, damit das Ekzem nicht chronisch werden kann. Denn bei frühzeitiger Behandlung sind Schädigungen der Haut noch heilbar. Außerdem können durch vorgeschädigte Haut leichter Fremdstoffe eindringen – das begünstigt die Entstehung von Allergien.

Wenn die Haut allergisch reagiert

Eine Allergie ist nicht angeboren, sie wird erworben. Es handelt sich dabei um eine Fehlreaktion, bei welcher der Körper auf bestimmte Stoffe reagiert, so genannte Kontaktallergene. Zunächst findet nur eine unmerkelt ablaufende Sensibilisierung statt. Danach reichen bereits geringste Mengen dieser Stoffe aus, um eine starke Abwehrreaktion des Immunsystems mit heftigen Hautreaktionen hervorzurufen. Und eine einmal erworbene Kontaktallergie ist nicht heilbar!

Besonders allergiegefährdet ist die Haut, wenn

- die Schutzfunktion schon beeinträchtigt ist,
- sie wiederholt mit Allergieauslösern wie Latex, Duft- oder Konservierungsstoffen in Berührung kommt,
- eine besondere Empfindlichkeit besteht.

Handschuhe: Nicht immer, aber immer öfter

Handschuhe bieten den besten Schutz vor Feuchtigkeit, infektiösen Materialien und aggressiven Substanzen. Wählen Sie je nach Arbeitsvorgang die geeigneten Handschuhe, um sich und andere zu schützen.

Medizinische Einmalhandschuhe schützen vor Krankheitserregern, in der Regel jedoch nicht vor Chemikalien. Verwenden Sie diese also bei Kontakt mit Blut, Sekreten und Ausscheidungen zum Schutz vor den darin möglicherweise enthaltenen Bakterien und Viren, bei kurzzeitigem Kontakt mit Arzneimitteln oder sensibilisierenden Stoffen in Pflegemitteln (z.B. Einreibung mit Aktivgel) und – mit ausreichend langer Stulpe – auch zum Waschen von Patienten.

Chemikaliendichte Haushaltshandschuhe können mehrfach verwendet werden. Sie haben Stulpen, die Ihre Unterarme schützen. Mit einer Baumwollbeschichtung auf der Innenseite sind sie besonders hautverträglich. Sie eignen sich für Tätigkeiten mit Reinigungs- oder Desinfektionsmitteln und zum Haare waschen. Produkte aus Nitrilkauschuk sind haltbarer als solche aus Latex.

Haben Sie Umgang mit speziellen Chemikalien, benötigen Sie dafür entsprechend ausgewählte und geprüfte Handschuhe. Fragen Sie Ihren Betriebsarzt nach den geeigneten Handschuhen für Ihre Zwecke. Andere **Spezialhandschuhe** bieten beispielsweise Schutz vor Kälte, Hitze oder Verletzungen (z.B. Schnitt- und Stechschutz).

So tragen Sie Handschuhe richtig

- Tragen Sie Handschuhe nur so lange wie nötig. Bei längerem Tragen stauen sich im Handschuh Wärme und Feuchtigkeit. In diesem Fall sollten Sie Baumwollhandschuhe unterziehen (Tipp: ab ca. 20 Minuten).
- Wechseln Sie die Handschuhe, wenn sie beschädigt oder innen feucht geworden sind. Ziehen Sie Haushaltshandschuhe nach Gebrauch zum Trocknen auf links.
- Einmalhandschuhe heißen nicht ohne Grund so: Bei mehrmaligem Gebrauch verlieren sie ihre Schutzwirkung.



Auswahl geeigneter Produkte

Grundsätzlich gilt, dass ein Handschuh für die jeweilige Tätigkeit geeignet sein muss. Darüber hinaus sollten Sie auf die richtige Größe und Passform achten.

Auch Schutzhandschuhe können Allergene enthalten. Entscheiden Sie sich deswegen für latexarme oder latexfreie Handschuhe (z.B. aus Vinyl), da diese ein geringeres Allergierisiko aufweisen. Latexhaltige Handschuhe müssen – alle anderen Handschuhe sollten – puderfrei sein. Puder erzeugt in Verbindung mit Schweiß bei längeren Tragezeiten einen alkalischen pH-Wert und stört das physiologische Gleichgewicht der Haut.

Hautschutz: Bei Feuchtarbeiten niemals ohne



Vor allem wenn sich Ihr Job durch häufige Feuchtarbeiten auszeichnet, sind Hautschutzpräparate für Sie wichtig. Es handelt sich dabei um spezielle Cremes, welche die Widerstandsfähigkeit der Haut stärken.

Bei viel Kontakt mit Feuchtigkeit im Arbeitsalltag ist Hautschutz notwendig

- vor Arbeitsbeginn,
- vor den jeweiligen Tätigkeiten mit Feuchtigkeitskontakt,
- vor dem Tragen von Handschuhen,
- nach den Pausen.

So schützen Sie Ihre Hände richtig

Hautschutzprodukte können nur dann richtig wirken, wenn Sie Folgendes beachten:

- Verzichten Sie während der Arbeit auf Schmuck an Händen und Unterarmen. Sie erschweren das Eincremen der Hände. Außerdem staut sich unter Ringen, Armbändern etc. die Feuchtigkeit, und es sammeln sich Keime sowie Chemikalien und Seifenreste.
- Tragen Sie die Creme zuerst da auf, wo der größte Effekt gewünscht ist. Das ist in der Regel der Handrücken.
- Verteilen Sie die Creme gleichmäßig. Hautschutzcreme kann nur dort schützen, wo sie aufgetragen wird. Achten Sie deswegen auf kritische Stellen wie Handgelenke, Fingerzwischenräume, Fingerkuppen und Nagelfalze.

- Massieren Sie die Creme solange ein, bis sie gut eingezogen ist. Dies ist besonders bei der Verwendung Wasser abweisender Hautschutzcremes und vor dem Anziehen von Schutzhandschuhen wichtig.

Auswahl geeigneter Produkte

- Die Auswahl eines Präparates hängt auch von Tätigkeitsprofil und Hauttyp ab. Lassen Sie sich von Ihrem Betriebsarzt, Ihrem Hautarzt oder von uns beraten (Adressen Siehe Seite 14).
- Gerbstoffhaltige Handschutzcremes verzögern das Aufquellen der Hornschicht.
- Die Hautschutzpräparate sollten aus hygienischen Gründen in Tuben oder Spendern bereitstehen. Die Verwendung von Gemeinschaftsdosen ist wegen der Verkeimungsgefahr nicht erlaubt.

Händedesinfektion: Auf Nummer Sicher gehen

Viele Tätigkeiten in Gesundheitsdienst und Wohlfahrtspflege weisen ein Infektionsrisiko auf, z.B. im Pflegebereich. Dabei gehören Hände zu den bedeutendsten Infektionsüberträgern. Ziel der Händedesinfektion ist es zu verhindern, dass gefährliche, möglicherweise multiresistente Erreger verbreitet werden. Neben Kollegen, Patienten und Bewohnern schützt die Händedesinfektion Sie selbst vor Infektionen – und das auf hautschonende Weise.

Sofern die Hände nicht verschmutzt sind, ist bei Arbeiten mit Infektionsgefahr in der Regel die alleinige Händedesinfektion die Hygienemaßnahme der Wahl. Sie ist wirksamer als das Waschen und belastet die Haut bei richtiger Anwendung in vergleichsweise geringem Maß. Desinfektionsmittel trocknen schnell ab und verursachen keine Allergien. Zugewaschene Rückfetter verhindern eine übermäßige Austrocknung und glätten die Hautoberfläche. Händedesinfektionsmittel sind dadurch überwiegend sehr gut hautverträglich.

Eine Händedesinfektion ist immer dann erforderlich, wenn die Hände möglicherweise mit Infektionserregern kontaminiert wurden oder wenn Keime bei einer Tätigkeit über die Hände in den Körper gelangen könnten. Wenn Sie Fragen dazu haben, wenden Sie sich an Ihre Hygienefachkraft.

So desinfizieren Sie richtig

- Geben Sie circa drei bis fünf Milliliter Händedesinfektionsmittel aus dem Spender in die trockenen Hände.
- Reiben Sie das Mittel 30 Sekunden lang gründlich in die Hände ein, bis sie wieder trocken sind. Denken Sie besonders an die Fingerkuppen und Daumen, sowie Fingerzwischenräume, Handrücken und Handgelenke.
- Zeigen sich Unverträglichkeitsreaktionen auf ein Händedesinfektionsmittel, prüfen Sie zunächst die korrekte Anwendung und probieren Sie gegebenenfalls ein anderes Präparat aus. Bei fortbestehenden Beschwerden sollten Sie Ihren Betriebsarzt konsultieren.



Auswahl geeigneter Produkte

- Die Händedesinfektion erfolgt mit einem – geprüften und als wirksam befundenen – alkoholischen Händedesinfektionsmittel der VAH-Liste (Verbund für angewandte Hygiene).
- Das Händedesinfektionsmittel sollte möglichst in Spendern und nah am jeweiligen Arbeitsplatz zur Verfügung stehen.
- Bei der Auswahl der Produkte sind solche zu bevorzugen, die frei von sensibilisierenden Zusatzstoffen sind (z.B. Duft- oder Farbstoffe).

Händereinigung: Nur schonend und wenn nötig



Häufiges intensives und grobes Reinigen der Hände mit Wasser entzieht der Haut die schützenden Lipide und beeinträchtigt ihre natürliche Schutzfunktion. Um Ihre Hände nicht unnötig zu strapazieren, sollten Sie zunächst starke Verschmutzungen vermeiden, z.B. durch das Tragen von Handschuhen. Weiterhin sollten Sie die Hände so sanft wie möglich reinigen. Bei Hygienemaßnahmen zur Vermeidung von Infektionsübertragungen sollten Sie grundsätzlich eine hautschonende, hygienische Händedesinfektion durchführen.

Unnötiges Händewaschen ist also zu vermeiden. In der Pflege z.B. müssen die Hände nur gewaschen werden,

- wenn Sie Ihren Dienst antreten,
- wenn die Hände sichtbar verschmutzt, verschwitzt oder klebrig sind.

So reinigen Sie Ihre Hände richtig

- Zur Reinigung der Hände schäumen Sie die Waschlotion aus dem Wandspender mit wenig Wasser auf den Händen auf und spülen diese anschließend mit lauwarmem Wasser gut ab.
- Trocknen Sie die Hände nach jedem Waschvorgang gut ab. Dabei sind die Fingerzwischenräume besonders wichtig.
- Denken Sie daran, Ihre Hände nach jedem Waschen einzucremen.

Auswahl geeigneter Produkte

- Bevorzugen Sie zur Händereinigung milde, hautneutrale (pH-Wert 5,5) Waschlotionen (Syndets). Die waschaktiven Substanzen sollten vorzugsweise aus Zuckertensiden, Betainderivaten oder Sulfosuccinaten bestehen.
- Um allergischen Reaktionen vorzubeugen, sollten Sie unparfümierte Waschlotionen benutzen.
- Aus hygienischen Gründen sind nur Waschlotionen in Spendern erlaubt. Die Verwendung von Stückseife ist nicht zulässig.
- Stoffhandtücher für den Gemeinschaftsgebrauch sind nicht erlaubt. Bei Einmalhandtüchern ist darauf zu achten, dass sie weich und hautfreundlich sind.

Hautpflege: Nicht nur eine Frage der Schönheit

Eine gepflegte, glatte Haut ist nicht nur ästhetisch, sie signalisiert auch eine intakte Schutzfunktion. In diese Haut können Keime und Schadstoffe kaum eindringen. Nehmen Sie sich deshalb konsequent Zeit für die Handpflege, sie unterstützt die Erholung der Haut in jeder belastungsfreien Zeit. Das gilt für die Arbeit, für Haushalt und Freizeit.

Hautpflege ist wichtig

- nach jedem Händewaschen,
- in den Pausen und nach Arbeitsende.

So pflegen Sie Ihre Hände richtig

- Cremen Sie Ihre Hände nach jedem Händewaschen mit einer ausreichend fetthaltigen und gut einziehenden Creme oder Lotion ein.
- Massieren Sie eine reichhaltige Creme gründlich in die Finger, Fingerzwischenräume, Fingerkuppen und Nagelfalze ein.

Auswahl geeigneter Produkte

- Für die Pflege zwischendurch eignet sich eine schnell einziehende Creme oder Lotion.
- Für die Regeneration der Haut – nach Arbeitsende und in Pausen – empfehlen sich gehaltvollere Cremes, um den Lipid- und Feuchtigkeitsverlust auszugleichen.
- Produkte mit Harnstoff (Urea) sind für die Verwendung am Arbeitsplatz weniger

geeignet, da auf diesem Wege das Eindringen wasserlöslicher Schadstoffe in die Haut erleichtert werden kann.

- Wählen Sie möglichst Präparate ohne Duft- und Konservierungsstoffe.



Zuerst auf die Handrücken auftragen ...



... Handrücken gegeneinander reiben ...



... sorgfältig zwischen den Fingern ...



... und rund um das Nagelbett einreiben.

Unsere Haut: Schutz und Beratung

In dieser Broschüre haben wir einige wichtige Informationen über die Haut und über Maßnahmen zu ihrem Schutz zusammengestellt. Grundsätzlich gilt: Beugen Sie vor!

Die Haut steht in direktem Kontakt zur Umwelt. Sie ist daher vielfältigen Einwirkungen sowohl im privaten wie im beruflichen Umfeld ausgesetzt. Wenn sie gesund ist, hat sie eine erstaunliche Widerstandsfähigkeit. Auf Überbeanspruchung kann die Haut jedoch mit lang andauernden Erkrankungen reagieren.

Berufliche Hautschäden sind häufig durch Feuchtarbeiten bedingt. In den meisten Fällen ist es jedoch trotzdem möglich, den Beruf weiter auszuüben, wenn die richtigen Maßnahmen ergriffen werden. Sollten Sie betroffen sein, nutzen Sie unsere Beratungsangebote – Ihrer Gesundheit zuliebe.

Unsere Angebote für Sie

Auch wenn Sie weitere Fragen zum Thema Haut und Hautschutz haben, wenden Sie sich gern an uns. Die Adressen unserer Hauptverwaltung, der Bezirksstellen (zuständig für Prävention) und unserer Bezirksverwaltungen (zuständig für Rehabilitation) finden Sie auf Seite 14. Außerdem können Sie sich an unsere Schulungs- und Beratungszentren (schu.ber.z) wenden. Hier werden Sie durch Fachleute aus Arbeitsmedizin, Rehabilitation, Dermatologie und Gesundheitspädagogik informiert und beraten. Sie ler-

nen, was Sie tun können, damit Arbeit Ihre Haut nicht krank macht. Wenn Sie bereits erkrankt sind, finden Sie praktische Hilfe.

Wenn Sie Fragen haben, wenden Sie sich an uns:

BGW

Pappelallee 35/37

22089 Hamburg

Telefon: (040) 202 07-0

www.bgw-online.de

Kontakt

Ihre BGW

Berufsgenossenschaft für Gesundheitsdienst und Wohlfahrtspflege – BGW

Hauptverwaltung
Pappelallee 35/37 · 22089 Hamburg
Tel. (040) 202 07-0
Fax (040) 202 07-24 95
www.bgw-online.de

Versicherungs- und Beitragsfragen

Tel. (01803) 670 671
Dieser Anruf kostet aus dem Inlands-Festnetz
0,09 Euro pro Minute, aus Inlands-Mobilfunk-
netzen maximal 0,42 Euro pro Minute.

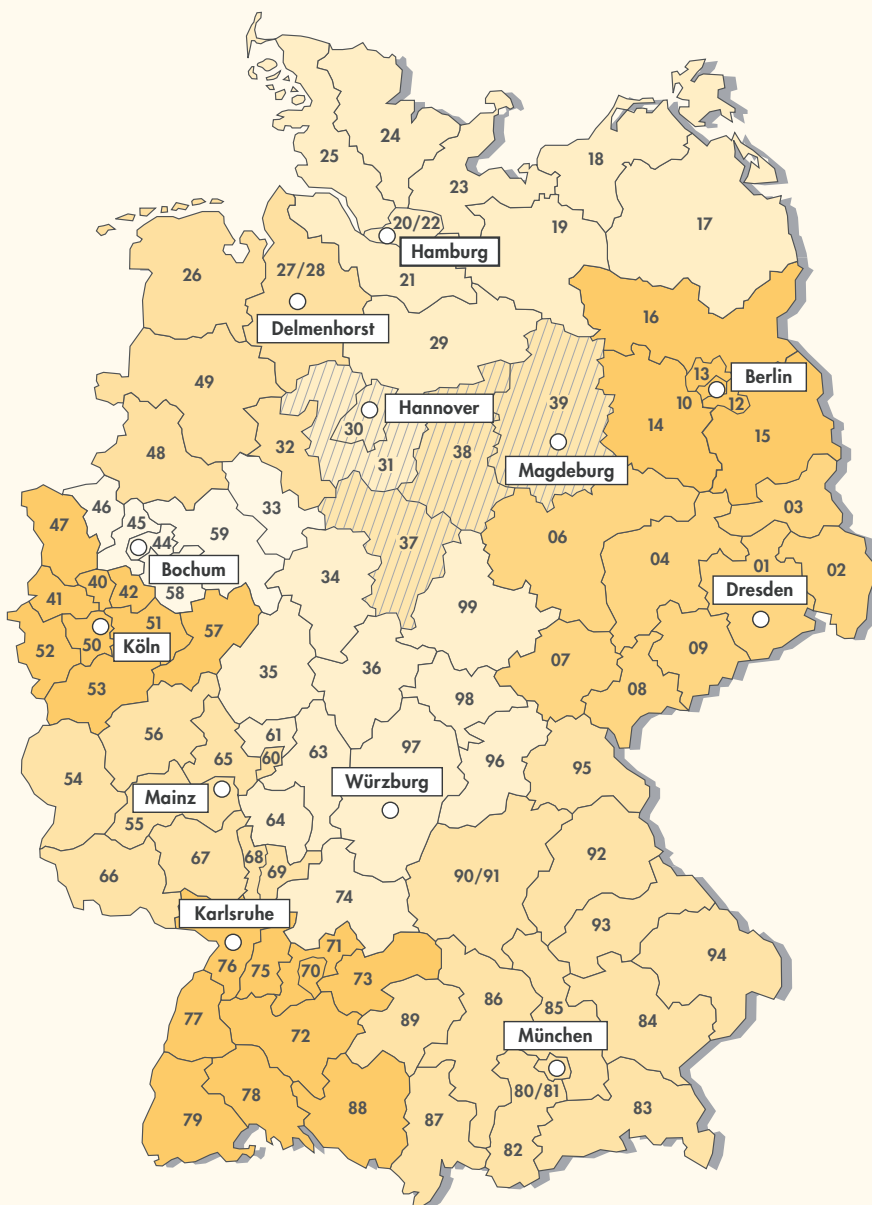
Tel. (040) 202 07-11 90
Dieser Anruf ist für Nutzer einer Flatrate
inländischer Festnetz- oder Mobilfunkanbieter
kostenlos.

E-Mail beitraege-versicherungen@bgw-online.de

Annahme von Medienbestellungen

Tel. (040) 202 07-97 00
Fax (040) 202 07-34 97
E-Mail medienangebote@bgw-online.de

Standorte



Unsere Kundenzentren

So finden Sie Ihr zuständiges Kundenzentrum

Auf der Karte sind die Städte verzeichnet, in denen die BGW mit einem Standort vertreten ist. Die farbliche Kennung zeigt, für welche Region ein Standort zuständig ist. Jede Region ist in Bezirke unterteilt, deren Nummer den ersten beiden Ziffern der dazugehörigen Postleitzahl entspricht. Ein Vergleich mit Ihrer eigenen Postleitzahl zeigt, welches Kundenzentrum der BGW für Sie zuständig ist.

Auskünfte zur Prävention erhalten Sie bei der Bezirksstelle, Fragen zu Rehabilitation und Entschädigung beantwortet die Bezirksverwaltung Ihres Kundenzentrums.

Berlin • Spichernstr. 2-3 • 10777 Berlin

Bezirksstelle: Tel. (030) 896 85-208 Fax - 209
Bezirksverwaltung: Tel. (030) 896 85-0 Fax - 525
schu.ber.z*: Tel. (030) 896 85-303 Fax - 501

Bochum • Universitätsstr. 78 • 44789 Bochum

Bezirksstelle: Tel. (0234) 30 78-401 Fax - 425
Bezirksverwaltung: Tel. (0234) 30 78-0 Fax - 525
schu.ber.z*: Tel. (0234) 30 78-650 Fax - 651
studio 78: Tel. (0234) 30 78-780 Fax - 781

Delmenhorst • Fischstr. 31 • 27749 Delmenhorst

Bezirksstelle: Tel. (04221) 913-401 Fax - 509
Bezirksverwaltung: Tel. (04221) 913-0 Fax - 525
schu.ber.z*: Tel. (04221) 913-701 Fax - 705

Dresden • Gret-Palucca-Str. 1 a • 01069 Dresden

Bezirksstelle: Tel. (0351) 86 47-402 Fax - 424
Bezirksverwaltung: Tel. (0351) 86 47-0 Fax - 525
schu.ber.z*: Tel. (0351) 86 47-801 Fax - 840
BGW Akademie: Tel. (0351) 457-28 00 Fax - 28 25
Königsbrücker Landstr. 4 b • Haus 8
01109 Dresden

Hamburg • Schäferkampsallee 24 • 20357 Hamburg

Bezirksstelle: Tel. (040) 41 25-648 Fax - 645
Bezirksverwaltung: Tel. (040) 41 25-0 Fax - 525
schu.ber.z*: Tel. (040) 73 06-34 61 Fax - 34 03
Bergedorfer Str. 10 • 21033 Hamburg

Hannover • Anderter Str. 137 • 30559 Hannover

Außenstelle von Magdeburg
Bezirksstelle: Tel. (0511) 563 59 99-91 Fax - 99

Karlsruhe • Neureuter Str. 37 b • 76185 Karlsruhe ab 19.07.2010: Philipp-Reis-Str. 3 • 76137 Karlsruhe

Bezirksstelle: Tel. (0721) 97 20-0 Fax - 160
Bezirksverwaltung: Tel. (0721) 97 20-0 Fax - 525
schu.ber.z*: Tel. (0721) 97 20-111 Fax - 123

Köln • Bonner Str. 337 • 50968 Köln

Bezirksstelle: Tel. (0221) 37 72-440 Fax - 445
Bezirksverwaltung: Tel. (0221) 37 72-0 Fax - 525
schu.ber.z*: Tel. (0221) 37 72-368 Fax - 525

Magdeburg • Keplerstr. 12 • 39104 Magdeburg

Bezirksstelle: Tel. (0391) 60 90-608 Fax - 606
Bezirksverwaltung: Tel. (0391) 60 90-5 Fax - 625

Mainz • Göttemannstr. 3 • 55130 Mainz

Bezirksstelle: Tel. (06131) 808-201 Fax - 202
Bezirksverwaltung: Tel. (06131) 808-0 Fax - 525
schu.ber.z*: Tel. (06131) 808-324 Fax - 545

München • Wallensteinplatz 3 • 80807 München

Bezirksstelle: Tel. (089) 350 96-141 Fax - 149
Bezirksverwaltung: Tel. (089) 350 96-0 Fax - 525
schu.ber.z*: Tel. (089) 350 96-550 Fax - 528

Würzburg • Röntgenring 2 • 97070 Würzburg

Bezirksstelle: Tel. (0931) 35 75 - 501 Fax - 524
Bezirksverwaltung: Tel. (0931) 35 75 - 0 Fax - 525
schu.ber.z*: Tel. (0931) 35 75 - 700 Fax - 777

*schu.ber.z = Schulungs- und Beratungszentrum

