

Wissen Alles über die Haut

„Wer zu viel seift, neigt zum Stinken!“

01.09.2016

Wenn es um Hautpflege geht, übertreiben es viele: zu viele Duschgels, zu viele Cremes und zu viel Sonne. Trockene Haut kann eine Folge sein. Aber falsche Pflege kann auch gesundheits-schädlich sein. Yael Adler im Gespräch.



Hören
8:52

- Podcast abonnieren
- Google+
- Twitter
- Facebook
- Favorit**
- Alle

Zu viel Pflege kann der Haut schaden. Oft reicht klares Wasser. Foto: CC BY 2.0 | Zenspa 1 / flickr.com



Haut nah: Alles über unser größtes Organ
Yael Adler
(Droemer HC, bereits erschienen)

- kaufen
- streamen

in den Themen:

Gesundheit

verwandte Artikel

Gesund Leben | Winter: Welche Pflege braucht die Haut?

Sonnenschutz-Mittel im Test

Frag Mutti | Wie man sich vor Sonnenbrand schützen kann

„Wir waschen uns die Eigenschutzmechanismen unserer Haut selbst weg.“ – Yael Adler, Hautärztin und Autorin

Alkalische Seifen mit einem pH-Wert von über 5,5 zerstören die Schutzschicht und geben somit Bakterien Raum, sich auszubreiten. Diese Bakterien verursachen neben Hautreizungen auch, dass die Haut unangenehm riecht. Kurzum: Wer zu viel seift, der stinkt.

Die Haut – Spiegel des Innenlebens

Aufgekratzte Stellen, Pickel, Rötungen: Vor allem in stressigen Phasen schlägt die Haut Alarm. Wer kennt sie nicht, die roten Flecken im Gesicht oder die kleinen Pusteln an den Armen vor wichtigen Prüfungen oder Präsentationen. Dabei kann Stress nicht nur das Hautbild beeinflussen, sondern auch umgekehrt.

Die Dermatologin Yael Adler behandelt deswegen in ihrer Klinik auch psychiatrische Leiden, welche mit damit zu tun haben: **Dismorphophobie**, ist hier ein Beispiel. Dabei handelt es sich um eine Krankheit, bei der Betroffene glauben, aufgrund eines – für Außenstehende kaum sichtbaren – Makels vollkommen entstellt zu sein.

Verändertes Reiseverhalten führt zu höherem Risiko für Hautkrebs

Neben einer Flut an Pflegeprodukten ist es vor allem die Sonne, die unserer Haut zu schaffen macht. Für hellhäutige Nord- und Mitteleuropäer hat die Evolution weder Reisen an den Äquator noch Aufenthalte unter künstlichem UV-Licht im Solarium vorgesehen. Eine Folge: die **stark wachsende Anzahl an Hautkrebspatienten**. Diese werden durch Solariumsbesuche in der Jugend zudem immer jünger.

Was die Haut tatsächlich schöner macht und warum wir lieber Rotwein statt Milch trinken sollten – darüber hat *detektor.fm*-Moderatorin Astrid Wulf mit der Dermatologin und Autorin **Yael Adler** gesprochen.

Man schockt die Leute mehr, wenn man sagt: "Die Sonne macht Falten", als wenn man sagt: "Die Sonne macht Hautkrebs."

Dr. Yael Adler ist Dermatologin und liefert in ihrem Sachbuch "Hautnah" viel Hintergrundwissen über das größte Organ des Menschen.

Hören
7:52

Redaktion: Friederike Rohmann

weiterführende Links

- zeit.de: Hilfe, wie geht das weg?
- welt.de: Eine gesunde Sonnenbräune gibt es nicht
- krebshilfe.de: Krebsrisikofaktor Solarium (pdf)

Moderation

Astrid Wulf

Geboren & ausgewachsen an der Ostseeküste. Gelebt & fürs Leben gelernt in Pachino, Rom, Edinburgh & Santiago de Chile. Studiert & angekommen in Leipzig. Meist fernwehgeplagt und doch heimatverliebt. Meersüchtig & verrückt nach Inseln sowie unberührten Bergwelten. Neugiergetriebene Zuhörerin & Quasselstrippe.

- Podcast abonnieren
- Google+
- Twitter
- Facebook
- Favorit**
- Alle

Ressorts

Politik
Wirtschaft
Kultur
Wissen
Gesellschaft
Digital
Musik

Themen

Gesundheit
Hip-Hop
Musikvideos
Deutschland
Europa
Wissenschaft
Recht
Deutscher Buchpreis
Literatur
Medien
Gemeinschaft
Technik
USA
Mobilität
Platten

Podcasts

AutoMobil
Album der Woche
Gute Nachrichten
Podcasts
Was sonst nur Mutti weiß
Antritt
Gesund-Leben
Was haben wir gelernt?
Wirtschaft
Topf voll Gold zum Hören
Alles, was schmeckt
Digital

WIR

- IDEE
- MEIN DETEKTOR.FM
- SHOP
- UNTERSTÜTZEN
- PODCASTS