

Haut nah: Unser größtes Organ unter der Lupe

© 11. Oktober 2016  Christiane K.  0



Sie ist immer bei uns, die wenigsten schenken ihr aber die Aufmerksamkeit, die sie benötigt: unsere Haut. Wenn es nun wieder kälter wird, dann merken wir, dass uns die frische Herbstluft eine Gänsehaut macht. Im Winter nutzen wir gegen die klirrende Kälte, die unserer Haut unschöne rote Flecken verpasst, eine fetthaltige Creme. Aber was wissen wir über unser größtes Organ, das etwa zwei Quadratmeter groß und der Mittler zwischen uns und unserer Umwelt ist? Die Hautärztin Yael Adler liefert mit ihrem Buch „Haut nah“ den ultimativen Ratgeber für alle Fragen rund um das Thema Haut.

Was uns unter die Haut geht

In der deutschen Sprache ist die Haut tief verankert: Etwas geht uns unter die Haut, manche Menschen sind dünnhäutig, andere haben ein dickes Fell. Es gibt Situationen, in denen wir aus unserer Haut fahren, andere können nicht aus ihrer Haut kommen. „Die Haut ist der Spiegel der Seele, der Bildschirm, auf dem die Geschichten aus unserem Inneren, dem Unbewussten, sichtbar werden“. Jede Falte, jede Narbe und jeder Pickel erzählt etwas darüber, wie wir uns fühlen. „Wie gute Kriminaltechniker fahnden wir an der Haut leidenschaftlich nach Indizien“, erzählt Yael Adler, „plötzlich entdecken wir, dass die Haut von einem seelischen Mangel erzählt, von Stress, von fehlendem psychischem Gleichgewicht oder von unseren Organen und Ernährungsgewohnheiten“. Wer sich in seiner Haut wohl fühlen möchte, der sollte das sensible Organ verstehen.



Botox, Tattoos, Bleaching: Was mit der Haut passiert

In ihrem Buch „Haut nah“ führt Yael Adler Schritt für Schritt durch alle Hautschichten und erklärt bildreich, welche Aufgaben das sensible Organ übernimmt. Dabei nimmt die Hautärztin kein Blatt vor dem Mund. Unter der Überschrift „Viva la diva oder: Po macht nicht immer froh“ erklärt sie, warum übertriebene Hygiene am Hinterteil das Gegenteil von dem bewirkt, was es soll. In „Was Botox mit Gammelfleisch zu tun hat“ geht es um die Herkunft und Wirkungsweise des Nervengifts. Den Zeigefinger erhebt Yael Adler nie. Sie klärt nur auf, was Solarien, Tattoos, schlechte Ernährung und zu viel Kosmetik mit unserer Haut machen. Warum Lippenpflegestifte wie Plastikfolie wirken, Frauen beim Flirten ihre Haare nach hinten werfen und was es mit dem Trend des G-Shots auf sich hat – es bleibt nichts ungesagt. Mit ihrem Buch „Haut nah“ ist Yael Adler ein unterhaltsamer Ratgeber gelungen, der – unabhängig von der Kosmetikindustrie und anderen Branchen, die von schöner, ewig junger Haut leben – aufklärt.

Hier gibt es das Buch „Haut nah“:

Yael Adler: Haut nah – Alles über unser größtes Organ.
Droemer Knauer, München 2016, 336 Seiten, 16,99 Euro.
ISBN: 978-3-426-27699-0