

Linz: 19°C  
Ort wählen »

Suchen



STARTSEITE

OBERÖSTERREICH

SPORT

FREIZEIT

REISEN

BESTE STELLEN

IMMOBILIEN

MOTOR

TRAUER

ANZEIGEN

ABO &amp; SERVICE

WAS IST LOS?

OÖNCARD

Politik

Wirtschaft

Kultur

Chronik

Weltspiegel

Society &amp; Mode

Gesundheit

Web

Meinung

Videos

Partnersuche

Fotos

Äskulap

Best of Chormusik

Startseite &gt; Gesundheit

# Hautnah dran – am größten Organ des Menschen

Seit der Ratgeber "Darm mit Charme" die Bestseller-Listen erobert hat, sind populäre Medizin-Bücher in Mode. Man nehme dazu ein wichtiges Organ, eine junge Ärztin und die amüsante Beschreibung aller Probleme rund um dieses Thema.



Über unsere Hülle gibt es viel zu schreiben. Bild: colourbox.de

Aktuell erscheint das Buch "Hautnah" der Dermatologin Yael Adler. Kompetent, unterhaltsam und gut verständlich schreibt sie über Hautpflege, Allergien und Sonnenschutz genauso wie über Akne, Warzen und Fußpilz.

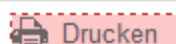
Im ersten Teil werden verschiedenen Hautschichten erklärt: Epidermis, Lederhaut, Unterhaut – und was sich dazwischen abspielt. Leberflecken zum Beispiel. "In der Fachsprache nennen wir diese Geschosdecke Basalmembran. ... Ein Leberfleck ist eine nestförmige Ansammlung von Melanozyten oder von Nävozyten. Letztere sind die kugeligen und faulen, weil nichtsnutzigen Varianten der Melanozyten. Faul, weil sie nichts tun und niemand versteht, wozu die Natur sie überhaupt erfunden hat. Im Grunde braucht sie kein Mensch", schreibt Adler. Die meisten Leberflecken bekomme man bis zum Alter von 30 Jahren. Auch in der Schwangerschaft könnten sie nach oben kommen. Leberflecken seien gutartige Tumore, und wenn sie angeboren sind, heißen sie Muttermale - so erfährt man in diesem Kapitel.

Das Buch beschäftigt sich aber auch mit der Haut im Laufe eines Lebens, mit Sonne und Sonnenschutz, mit den Manipulationen der Haut (Botox und Tattoos) und mit den erogenen Zonen.

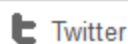
## Haut-Cuisine

Wie sich die Ernährung auf die Haut auswirkt, beschreibt die Ärztin im Kapitel "Haut-Cuisine". Adler, die auch Ernährungsmedizinerin ist, dazu: "Die Nahrung, die wir zu uns nehmen, beeinflusst den Organismus und sämtliche Stoffwechselprozesse. Sie liefert die Energie und das gesamte Baumaterial für die Hautzellen. Nährstoffmangel, Kalorienüberschuss, Nahrungsmittelallergien, Verdauungsstörungen und die Zusammensetzung der Nahrung – das alles spiegelt sich direkt an der Haut wider." Und die Haut ist der Spiegel der Seele. Sie errötet, wird blass, bekommt Gänsehaut oder schwitzt. "Unsere Hülle wird dann enthüllend. Wer will das schon?", schreibt Adler.

*Buchtipp: Yael Adler: Hautnah. Alles über unser größtes Organ. Droemer-Verlag, 17,50 Euro*



Versenden



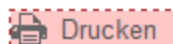
0 Kommentare

Kommentare anzeigen »

« zurück zu Gesundheit

## Artikel

07. September 2016 - 00:04 Uhr



## Weitere Themen

### Keine Sonne, kein Solarium, kein Hautkrebs

Wer direkte Sonnenbestrahlung und Indoor-Bräunung meidet, schützt sich wesentlich gegen Hautkrebs.

### Zeitbombe Zucker

Zu dick, zu hoher Zucker, Diabetes: Ein Leben mit Typ-2-Diabetes lässt sich in vielen Fällen vermeiden.

### Online-Bühne für Frauen mit Essstörung

Die Fotoseite Instagram ist der Ort für hübsche Bilder.

### Die erste "Augenakademie" startet heute in Linz

Erster Vortrag "In 20 Minuten zur vollen Sehkraft" im Krankenhaus der Barmherzigen Brüder.

### Wirkungslose Antibiotika

Die weltweit verbreiteten Geschlechtskrankheiten Gonorrhoe, Syphilis und Chlamydiose sind nach UN-Angaben ...

## Meistgelesene Artikel [mehr »](#)

1. Mühlviertler Bauer starb an Creutzfeldt-Jakob
2. Illegales Glücksspiel? Lokaltür mit Betonklotz "verriegelt"
3. Mühlviertler (57) starb bei Verkehrsunfall
4. Familienvater vermisst: Suche auf dem Traunstein
5. 25-Jähriger nach Arbeitsunfall gestorben
6. Zeitbombe Zucker
7. Fliegerbombe auf Firmenareal gefunden: Entschärfung im Gange
8. Manager der Vermögensverwaltung kassieren astronomische Boni
9. VP ist geplantes Studentenheim in Urfahr zu hoch
10. 17 Flüchtlinge in Kleintransporter gepfercht
11. Pensionen: Antrittsalter steigt kaum noch
12. Zwölfjähriger nimmt Physikstudium an Elite-Uni auf
13. Frontalzusammenstoß: Dreijähriges Kind verletzt
14. Gmundens Prachtmeile im Bürgerfokus
15. Terrorangst beim Münchner Oktoberfest
16. Junge Asylwerber für Lehre in Mangelberufen fit machen
17. Molln: Tunnelkette Klaus nach Unfall gesperrt
18. "Scherz" österreichischer Jugendlicher: Drohung gegen Hotel
19. Am liebsten bis zur Waden-Mitte
20. Unwetter in Griechenland forderte mindestens drei Tote