

Hautnah – Alles über unser größtes Organ

BY LIFESTYLESITE · 20. SEPTEMBER 2016 · NOCH KEINE KOMMENTARE

FAMILIE · TAGGED: BUCHTIPP, LAVERA

-  Tweet this post
-  Post to Facebook
-  Digg this!
-  Google Buzz
-  Share on LinkedIn
-  Email a friend

 Familie



G+1

Die Haut ist unser größtes Organ. Es umfasst knapp zwei Quadratmeter und umhüllt und schützt uns vor Überhitzung, Erfrierung und weist Eindringlinge ab. Eine besondere Aufgabe der Haut, sie transportiert über unzählige Rezeptoren Gefühle, denn wer berührt wird, reagiert auch irgendwie emotional, ob positiv oder negativ. Sexuelle Erregung ist ohne Hautkontakt kaum denkbar. Aber auch, dass „etwas unter die Haut geht“ oder „wir aus der Haut fahren“ macht diese Verbindung deutlich. Die fernsehbekannte Dermatologin Yael Adler macht damit noch keineswegs mit ihren Ausführungen Schluss, sondern sie fängt erst richtig an, über die vielen biologischen Feinheiten unserer Haut zu berichten. Das macht sie mit der Leichtigkeit und Liebe einer engagierten Hautärztin. Die Mehrschichtigkeit der Haut, die Zellvielfalt und die Besonderheit der Farbgebung, all dies beschreibt sie auf eine sehr unterhaltsame Weise, sodass sich nicht das Gefühl einschleicht, an einem Biologieunterricht teilzunehmen.

Dazu gehören auch Themen wie leidige Pickel in der Pubertät, Schuppenbildung oder Cellulite, die keine Krankheit ist, aber vielen Frauen Kopfzerbrechen bereitet. Warum Falten auftreten und wie gut dosiert Botox eingesetzt werden sollte, damit das Gift Frauen und Männer nicht wie gefühlskalte Monster aussehen lässt.

Nachdem ich das Buch zu Ende gelesen habe, ist meine Wertschätzung für diese widerstandsfähige Hülle, die viel Pflege und Achtsamkeit braucht, noch um einiges gewachsen. Ein sehr empfehlenswertes Buch für alle, die noch mehr Hautgefühl entwickeln wollen.

Hautnah Yael Adler

01.09.2016, 336 S.

ISBN: 978-3-426-27699-0

Verlag: [Droemer HC](#)