

Wasserspeicher für die Haut

Unsere Haut ist ein lebenswichtiges Organ. Sie ist die äußere Hülle unseres Körpers und schützt uns vor schädlichen Umwelteinflüssen, sie reguliert den Wasser- und Wärmehaushalt und sie ist ein wichtiges Sinnesorgan. Viele Einflüsse und natürliche Alterungsprozesse verändern das Hautbild. Dass man sich in seiner Haut wohlfühlen muss, hat mehr als nur sprichwörtliche Bedeutung, denn gesunde und schöne Haut ist nicht nur für den Körper sondern auch für die Psyche sehr wichtig.

Die äußerste Hautschicht ist die Hornhaut. Sie hat einen Wassergehalt von etwa 20%. Sinkt die-



Foto: Blende 8

■ Apotheker Dr. Lutz Engelmann