

# Hauterkrankungen

Die Haut als unser grösstes Organ hat viele wichtige Aufgaben zu erfüllen. Aus diesem Grund ist eine naturbelassene und schadstofffreie Hautpflege für die Erhaltung bzw. die Wiederherstellung der Hautgesundheit ausserordentlich wichtig. Gleichzeitig beeinflusst auch die Ernährung die Hautgesundheit. Sie kann Hauterkrankungen vorbeugen oder diese deutlich bessern, z. B. die Psoriasis und die Neurodermitis.

Autor: Zentrum der Gesundheit

Aktualisiert: 01. July 2019

Stand: 18. October 2019

## Hautproblemen vorbeugen oder diese beheben

Die Zahl der **Hauterkrankungen** hat in den letzten Jahren dramatisch zugenommen. Immer häufiger sind Menschen von Hautproblemen wie Pusteln, Abszessen, Ekzemen, Neurodermitis oder Psoriasis betroffen. Selbst Babys kommen immer öfter mit einer kranken Haut auf die Welt.

Die Haut ist mit ca. 2 qm und einem Gewicht von ca. 10 bis 12 kg das grösste Organ des Menschen und hat vielfältige Aufgaben zu erfüllen. Die Haut beinhaltet zum Einen den Tastsinn, sowie das Schmerz-, Wärme- und Kälteempfinden. Zum Anderen bietet die Haut dem Körper Schutz vor schädigenden Umwelteinflüssen und hilft ihm, eingelagerte Schadstoffe wieder auszuleiten

**Was jedoch kaum jemand weiss:** Das äussere Hautsystem steht mit dem Schleimhautsystem im Körper in Verbindung und stellt einen wesentlichen Teil unseres Immunsystems dar. Man nennt es daher auch das haut- und schleimhautassoziierte Immunsystem.

## Was macht unsere Haut krank

Herkömmliche Hautpflege-Produkte beinhalten viele chemische Substanzen wie Weichmacher, Konservierungs- und Farbstoffe, künstliche Duftstoffe oder Bindemittel. Durch diese chemischen Stoffe verliert die Haut ihren - von der Natur gegebenen - Regulationsmechanismus.

Wird die äussere Haut durch diese chemischen Substanzen negativ beeinflusst, belastet dies das innere Schleimhautsystem ebenfalls. Das wiederum hat zur Folge, dass die gesamten Mikroorganismen im Körper nachhaltig geschädigt werden. *Hauterkrankungen* wie Ekzeme, Neurodermitis und Psoriasis können das Ergebnis einer derartigen Schädigung sein.

Die richtige Hautpflege stellt daher auch immer eine regelrechte Gesundheitspflege dar. Hiervon profitiert der gesamte Körper.

Auch die Psyche hat Auswirkungen auf das Hautbild. Die Haut ist bekanntlich das Spiegelbild der Seele. Stress, Depression und andere Probleme, die psychischen Druck ausüben, lassen sich nicht selten am Zustand der Haut ablesen.

## Warum werden Schadstoffe über die Haut ausgeleitet

Der Körper reagiert stets dann über die Haut, wenn seine Ausleitungsorgane (Nieren, Darm) überfordert sind. Säuren und Stoffwechselrückstände, die sich im Körper eingelagert haben und über die normalen Ausleitungsorgane wie Nieren und Darm nicht mehr entsorgt werden können, werden über die Haut ausgeschieden. Solange der Körper im Gleichgewicht - und damit gesund - ist, geschieht dies problemlos und unmerklich.

Ist der Organismus jedoch geschwächt, übersäuert oder vergiftet, kann die Ausleitung über die Haut sehr unangenehm werden. Die Haut beginnt zu jucken, ist insgesamt sehr trocken und gereizt; es können sich Bläschen oder sogar offene, teilweise nässende Stellen bilden. Chronische Hauterkrankungen sind die Folge.

Ganz gleich, in welcher Form sich das Hautproblem darstellt; der Darm ist bei Akne, bei Ekzembildungen, Neurodermitis oder Psoriasis in den meisten Fällen beteiligt. Darmstörungen machen sich daher sehr oft in Form von Hautproblemen bemerkbar. Deshalb geben Hautprobleme grundsätzlich auch immer Aufschluss über die Darmsituation des Betroffenen.

Das macht deutlich, dass neben der Hautpflege ebenso die Pflege des Darmes zu berücksichtigen ist, besonders dann, wenn die Haut krank ist.

## Was hilft gegen Hautkrankheiten

Je schlechter sich die Hautsituation darstellt, umso dringlicher wird die Verwendung einer naturbelassenen, schadstofffreien Hautpflege, die tief greifend auf den Stoffwechsel der Haut einwirkt. Ziel dieser Hautpflege ist es, die Grundregulation des Bindegewebes wiederherzustellen.

Zudem ist bei jeder Art von Hautkrankheiten gleichzeitig eine natürliche Darmsanierung empfehlenswert. Eine natürliche Darmsanierung beinhaltet sowohl die ideale Einstellung der Ernährung als auch den stabilen Aufbau der Darmflora. Durch diese Massnahmen ist wieder eine optimale Nährstoffaufnahme gewährleistet; der Darm ist im Gleichgewicht und die Haut wird spürbar entlastet.

Wie gut die Ernährung bei Hauterkrankungen helfen kann, zeigen wir am Beispiel der Psoriasis:

## Die richtige Ernährung bei Psoriasis

Bei chronisch entzündlichen Hauterkrankungen wie der Psoriasis oder der Neurodermitis wirkt sich eine gesunde Ernährung besonders positiv aus. Wir haben im nachfolgenden Link ausführlich die Komponenten der richtigen Ernährung bei Psoriasis beschrieben und die entsprechenden wissenschaftlichen Hinweise auf ihre lindernde Wirkung bei Psoriasis aufgeführt: [Die richtige Ernährung bei Psoriasis](#)

Darüber hinaus helfen bei Hauterkrankungen auch Vitalstoffe, wie Vitamine, Spurenelemente und Antioxidantien in therapeutischen Dosen. Aus der Orthomolekularmedizin liegen dazu schon seit Jahren die entsprechenden positiven Erfahrungen und Fallberichte vor. Eine Zusammenfassung der bei der Psoriasis wirksamen Vitalstoffe finden Sie hier: [Vitalstoffe bei Psoriasis](#)

## Hinweis zu Gesundheitsthemen

Diese Informationen werden nach bestem Wissen und Gewissen weitergegeben. Sie sind ausschliesslich für Interessierte und zur Fortbildung gedacht und keinesfalls als Diagnose- oder Therapieanweisungen zu verstehen. Wir übernehmen keine Haftung für Schäden irgendeiner Art, die direkt oder indirekt aus der Verwendung der Angaben entstehen. Bei Verdacht auf Erkrankungen konsultieren Sie bitte Ihren Arzt oder Heilpraktiker.



**Link zum Artikel**

<https://zdg.de/hauterkrankungen.html>