

Wirkstoffe wie Kollagen bei äußerlicher Anwendung in den meisten Fällen gar nicht in den Körper eindringen können. Der Grund dafür liegt im Aufbau der Haut, unserem größten und besonders vielseitigen Organ.

DER AUFBAU DER HAUT

Unsere Haut schützt uns vor Umwelteinflüssen, reguliert die Körpertemperatur, den Wasserhaushalt und ist ein wichtiges Stoffwechselorgan. Anhand ihres Aussehens kann man viele Rückschlüsse auf unseren Gesundheitszustand und unser Seelenleben ziehen. Die Haut speichert Wasser und Fett, sondert Schweiß oder Talg ab und erneuert sich fortlaufend selbst. Um sie bestmöglich versorgen zu können, müssen

wir verstehen, wie sie grundsätzlich aufgebaut ist.

DIE EPIDERMIS (OBERHAUT)

Die Epidermis ist die oberste, sichtbare Hautschicht und besteht aus mehreren Zellschichten, die übereinandergestapelt sind wie ein Kartendeck. In der untersten Lage wachsen neue Zellen heran, die innerhalb von etwa 30 Tagen an die Oberfläche wandern. Dort sterben sie wieder ab und werden von unten durch neue Generationen ersetzt. Unsere Haut regeneriert sich also ständig selbst. Mit zunehmendem Alter verlangsamt sich dieser Zellerneuerungsprozess, außerdem kann die Haut nun weniger Feuchtigkeit speichern. Die Oberhaut enthält nur einen geringen Wasseranteil und setzt sich hauptsächlich aus Keratinozyten (Hornzellen) und einer dünnen Lipidschicht

(Fett) zusammen. Keratin ist wasserabweisend und verleiht der Haut Festigkeit. Eine intakte Lipidschicht schützt vor Feuchtigkeitsverlust und hält die Haut geschmeidig. Auf der Epidermis zeichnen sich die unerwünschten Anzeichen der Hautalterung ab: Dazu gehören Falten, Pigmentflecken und fahler Teint.



Im Schlaf regeneriert sich die Haut von den Strapazen des

DERMIS (LEDERHAUT)

Direkt unter der Epidermis liegt eine weichere Hautschicht, die Dermis oder Lederhaut. Hier verlaufen zahlreiche Blutgefäße, welche die Versorgung der Epidermis mit Nährstoffen und Sauerstoff gewährleisten. Ihr faseriges Netzwerk aus Kollagensträngen und Elastin verleiht der Haut Spannkraft und hält sie elastisch. Spezielle Nervenzellen wie auch freie Nervenendigungen reagieren auf Wärme, Kälte und Berührungsreize. Zudem finden sich hier Talgdrüsen, deren Sekret die Haut vor Austrocknung schützt. Haarwurzeln und Schweißdrüsen sind in tieferen Bereichen der Lederhaut und damit in der Übergangsschicht zur Unterhaut angesiedelt.

DIE SUBCUTIS (UNTERHAUT)

Diese von der Lederhaut unscharf abgegrenzte, stark dehnbare Bindegewebsschicht sorgt über mehr oder weniger umfangreiche Fetteinlagerungen für die Aufpolsterung der Haut. In der Subcutis liegen zahlreiche Blut- und Lymphgefäße, dazu Schweißdrüsen und Haarwurzeln sowie ein dichtes Nervennetz, dessen Endungen alle Hautschichten durchziehen. Der Schlüssel zu unserem Hautbild liegt also in der Tiefe: Solange Kollagen reichlich vorhanden ist, sieht die Haut jung und prall aus. Mit zunehmendem Alter brechen die Stränge auf, die Haut verliert an Volumen und kann Feuchtigkeit schlechter speichern – dadurch entstehen Falten.