

Zusammensetzung der Haut - die verschiedenen Hauttypen

Die Herstellung von **Seifen** ist aufwendig, kompliziert und nicht ungefährlich. Außerdem haben Seifen wie z.B. Natronseife den großen Nachteil, dass sie nicht Haut-pH-neutral sind, sondern einen **pH-Wert von 8-9** besitzen, was die Haut mit der Zeit schädigt. Um die Wirkung anderer Waschsubstanzen zu verstehen, die die Haut nicht nur reinigen, sondern auch pflegen, müssen aber erst einige Grundlagen über die Haut, ihre Zusammensetzung und über verschiedene Hauttypen geklärt werden.

Zusammensetzung der Haut:

Einer der wichtigsten Grundstoffe im menschlichen Körper sind die **Eiweiße** oder **Proteine**. Sie werden aus ca. 20 verschiedenen Bausteinen, den **Aminosäuren** gebildet, die in unterschiedlichen Kombinationen verschieden lange Kettenmoleküle bilden. Solche Proteinmoleküle übernehmen nicht nur in den Zellen die wesentlichen biologischen Aufgaben, sondern bilden auch Stützsubstanzen, die in der Haut vorkommen. Hauptbestandteile von Haut und Haar sind sog. **Faserproteine**, die oft in parallelen Bündeln angeordnet vorliegen. Die beiden wichtigsten Gruppen von Faserproteinen sind die **Kollagene** und das **Keratin**, eine dritte Gruppe bilden die **Elastine**. Die **Keratine**, die v.a. in der Hornschicht, aber auch in Haaren und Fingernägeln vorkommen, bestehen aus unlöslichen, faserigen Proteinen. **Kollagene** finden sich v.a. im Bindegewebe, je nach Zusammensetzung (Anzahl und Art der Aminosäuren) bilden sich unterschiedlich lange Fadenmoleküle. 90 bis 95% des entfetteten Trockengewichts der Lederhaut bestehen aus Kollagenen. Während in den Sehnen z.B. die Kollagenfasern parallel angeordnet sind, bilden sie in der Haut ein flächiges Netz. Das Kollagen bindet sehr viel Wasser: ca. 20 - 40% des gesamten körpereigenen Wassers befindet sich in der Haut. Wenn die Haut altert, vernetzt sich das lösliche Kollagen zu unlöslichem Kollagen. Die Folge: die Haut wird schlaffer, weil weniger Wasser gebunden wird. Deswegen ist faltenreiche Haut meistens auch immer trockene Haut. Auch UV-Strahlung (Sonne und Sonnenbank) schädigen das Kollagen. Die **Elastine** bilden im elastischen Bindegewebe eine flache, sehr dehnbare Netzstruktur. Elastine sorgen also für Elastizität, die Kollagene mehr für die Stützfunktion.

Die verschiedenen Hauttypen:

Im groben unterscheidet man drei verschiedene Hauttypen: die normale, die fette oder fettige und die trockene, empfindliche Haut. Daneben gibt es verschiedene Mischtypen, die sich auf verschiedene Körperteile beziehen.

Die **normale Haut** ist straff, gut durchblutet, je nach Alter glatt und weich, sie glänzt und spannt nicht. **Fettende Haut** ist dick, schlecht durchblutet, leicht fettglänzend, meist großporig. Infolge verstärkter Talgproduktion bilden sich oft „Mitesser“ und „Pickel“. Fettende Haut braucht keine Cremes, die der Haut Fett zuführen, sondern v.a. sanfte Reinigung. Durch gesteigerte Keratinbildung kommt es zu einer starken Hautverhornung, die zusätzlich an der Verstopfung der Poren beteiligt ist.

Trockene Haut ist häufig glanzlos, sehr empfindlich, oft auch gerötet, feinporig. Vermehrt bilden sich kleine Hautschuppen, durch stark verringerte Bildung von Hautfett und -feuchtigkeit bilden sich vorzeitig Falten. Der natürliche Hydrolipidfilm enthält also nicht nur zu wenig Fett, sondern auch zu wenig Flüssigkeit. Außerdem ist der Hydrolipidfilm nicht stark genug, um die übermäßige Verdunstung von Flüssigkeit zurückzuhalten. Speziell dieser Hauttyp braucht also pflegende Kosmetik.

Mischhaut hat sowohl trockene als auch fettende Stellen, typisch ist die T-Zone im Gesicht. Stirn, Nase und Kinn werden von fettender Haut bekleidet, Augen- und Mundpartie sowie der Hals bestehen mehr aus trockener Haut.

Was ist noch wichtig:

Akne tritt v.a. während der Pubertät auf und ist eine hormonell bedingte Hautfunktionsstörung. Weil zu viel Talg produziert wird, verstopfen die Poren und entzünden sich (Mitesser, Pickel). Dies passiert v.a. im Gesicht, häufig auf der Stirn. Pflegemittel können die Folgen der Akne mildern. Akne muss jedoch ärztlich behandelt werden.