

Doc Dreessen rät Sauer macht lustig

(zrcw) - Essig wird ein jeder von Ihnen im Haushalt haben. Und gelegentlich, oder so manches Mal auch regelmäßig, gehört Essig auch zum Haut-Haushalt. Warum? Sicher hat der eine oder andere von Ihnen schon einmal etwas von dem Säureschutzmantel der Haut gehört. Ich möchte Sie nicht lange mit Theorien dazu aufhalten, und schon gar nicht mit chemischen pH-Werten und derartigem Fachwissen nerven. Tatsache ist, dass wir einen Säureschutzmantel der Haut haben, der durch Produktion körpereigener Säuren aus Schweiß- und Talgdrüsen aufrechterhalten wird und welcher der Abwehr von krankmachenden Bakterien, Pilzen und Viren dient. Diesen zerstören wir regelmäßig durch häufiges Duschen oder längere heiße Wannenbäder. Aber auch in den Herden jeglicher noch so geringer oder auch flächiger Hauterkrankungen ist dieser Säureschutzmantel löchrig geworden. Sei es in Aknepickeln, in Sonnenbrandhaut, dort wo uns ein Insekt gebissen oder gestochen hat, in aufgesprungenen oder rissigen Händen, bei einem Lippenherpes, einem Fußpilz zwischen den Zehen, einem Ekzem oder einer Neurodermitis, einer Verletzungswunde oder Operationsnarbe, sogar in den Tabu-Zonen von Bikini oder Badehose.



Der Bergedorfer Facharzt für Hauterkrankungen, Dr. Claus Dreessen, klärt in einer Serie über den Sommer über Hautthemen auf.

Foto: Privat

Überall dort, wo die Haut irgendwie leicht oder stärker gerötet oder auch schuppig ist und mehr oder weniger stark juckt, hat unser Säureschutzmantel Löcher und Lücken. Und nun können wir diese Defekte auf sehr einfache, leicht anzuwendende und preiswerte Weise wieder schließen. Richtig! Mit simplem Apfel- oder Obstessig. Je nach Größe und Umfang der befallenen Stel-

len (Hautherde) kommt ein Tropfen Essig auf die Fingerkuppe, einen Wattebausch oder ein Schuss Apfelessig in die hohle Hand und anschließend auf die Haut. Und wenn Sie glauben, das würde brennen, oder es beißt tatsächlich, dann verdünnen Sie eben die Essigmenge nach Gefühl und Gutdünken mit derjenigen Menge Leitungswasser, die Sie für angenehm und moderat erachten; oder auch in jenen seltenen Fällen, in denen Ihnen Ihre Angehörigen vorwerfen: Du riechst ja wie `ne Essiggurke! Kurzum, Essig auf der Haut ist nie verkehrt, er nimmt zudem den ersten Juckreiz zum Beispiel bei einem Insektenstich. Wenn er dann nach wenigen Sekunden an- und eingetrocknet ist, können Sie jede Art von Pflege-Lotionen oder ärztlich verordnete Cremes oder Salben auftragen und einmassieren. Seit mehr als 25 Jahren habe ich bei meinen Patienten damit nur allerbeste Erfahrung machen können; und bei mir selbst auch. Manche fügen mittlerweile ihrem wöchentlichen Wannenbad eine gute Tasse Apfelessig hinzu. Hausmittel oder Naturheilmedizin? Egal, es funktioniert (gut). Probieren Sie es doch mal spaßeshalber oder sinnvollerweise!

Ihr Dr. Claus Dreessen
www.dreessendoc.com