
Subject: Trockene Haut

Posted by [RobertF](#) on Sun, 18 Nov 2012 14:25:13 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo zusammen.

Schon immer leide ich unter sehr trockener Haut. Im Sommer ist die Haut meist schön und normal, aber wenn es gegen den Winter zu geht, wird sie immer wie trockener. Sie wird richtig weiss und an den Beinen sieht man zum Teil sogar eine wabenartige Struktur. Wenn man über die Haut ein wenig reibt, dann stäubt es richtig.

Für mich ist dauerndes Eincremen nicht die Lösung, die ich suche. Ich weiss, dass die Haut unter speziellen äusseren Bedingungen (Sommer) durchaus schön sein kann.

Nun habe ich ein paar Fragen dazu:

Wieso tritt das nur an manchen Stellen auf? (Oberseite der Arme, Oberseite der Beine, vorallem Unterschenkel, Bauch unterhalb des Brustbereiches, wenig im Gesicht) Was unterscheidet diese Stellen von den anderen Hautbereichen?

Massgeblich wird ja die Luftfeuchtigkeit entscheidend sein. Würde ein Luftbefeuchter im Schlafzimmer (wo ich relativ viel Zeit auch neben dem Schlafen verbringen) es hinbekommen, dass die Haut wie im Sommer wird? Reichen diese Stunden um die restliche Zeit zu kompensieren?

Ist es allgemein möglich, ohne tägliches Eincremen eine schöne, feuchte Haut zu bekommen? Was muss ich vorallem beachten? Wo kann man am meisten rausholen?

Soviel ich weiss, ist trockene Haut ja nicht schädlich. Stimmt das? Kann es sein, dass man durch trockene Haut anfälliger auf Erkältungen und so ist?

Ich bin, trotz regelmässigem Training, relativ mager. Kann es sein, dass die Haut wegen der Trockenheit alle Ressourcen für sich beansprucht und somit der andere Körperaufbau darunter leidet?

Das sind so die Fragen, die mich schon immer in dem Bereich beschäftigen. Wenn ihr mir einige Ratschläge und Meinungen geben könntet, wäre ich sehr dankbar. Es wäre mein Traum, dieses Problem aus der Welt zu schaffen.

Freundliche Grüsse, Robert

Subject: Aw: Trockene Haut

Posted by [Daphne](#) on Thu, 28 Mar 2013 18:02:29 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich kann dir Bäder mit Milch, Honig und Olivenöl empfehlen, gerade im Winter ideal

Ansonsten müssen stark rückfettende Cremes helfen. Tatsächlich vorzugsweise die "billigen" Cremes aus Supermärkten. Die enthalten zumeist nicht so viel Zeug, das niemand braucht.

Gruß,
Daphne

Subject: Aw: Trockene Haut
Posted by [Anneliese123](#) on Mon, 22 Apr 2013 08:51:22 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hast du es schon mal mit stark rückfettende Cremes versucht?

Subject: Aw: Trockene Haut
Posted by [kellyko](#) on Wed, 08 May 2013 22:09:03 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hey, am besten du verwendest sehr stark feuchtigkeitsspendene Cremes die rückfetten und nicht parfümiert sind. Auf www.trockene-haut24.de findest du außerdem bestimmt noch weitere Infos wie du am besten deine trockene Haut behandelst.

Subject: Aw: Trockene Haut
Posted by [Melli_S](#) on Wed, 26 Jul 2017 13:48:44 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi Robert,
also dass deine trockene Haut alle "Ressourcen für sich beansprucht und somit der andere Körperaufbau darunter leidet" bezweifle ich ja sehr stark, das sind schon eher verschiedene Stoffwechselforgänge. Oft merkt man gar nicht, welche Fehler man im Alltag macht, die trockene Haut verursachen. So banal es klingt - ich würde an deiner Stelle man bei seriösen Quellen nach Tipps/Regeln suchen[SPAM GELÖSCHT]
Bei dir klingt das ja wirklich nicht krankhaft, vielleicht musst du nur mal ein paar deiner Gewohnheiten umstellen

Viele Grüße,
Melli

Subject: Aw: Trockene Haut
Posted by [Moself](#) on Sun, 12 Nov 2017 18:04:46 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

mit guten ölen pflegen
