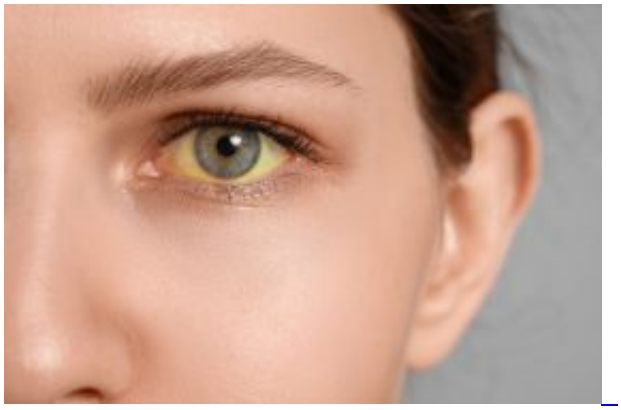
Du siehst aber schlecht aus

31.05.2024 19:16 von Martina Jansen (Kommentare: 0)

Du siehst aber schlecht aus



Was unser Gesicht über unsere Gesundheit verrät

„Du siehst aber schlecht aus.“ Gerne hört sicher niemand von uns diesen Satz, aber dennoch sollten wir froh sein, wenn unser Gegenüber uns so aufmerksam ansieht. Alternativ sollten wir uns angewöhnen, uns regelmäßig aufmerksam im Spiegel zu betrachten.

Viele Krankheiten zeigen sich durch Veränderungen der Haut oder auch der Augen und der Netzhaut. Haut und Augen lügen nicht, sie sind Spiegel der Seele, zeigen aber auch Organerkrankungen an. So sind einige Veränderungen an den Augen auch für den Laien auf den ersten Blick erkennbar. Dazu gehören beispielsweise glänzende Augen, die Fieber anzeigen, rötlich verfärbte Augen, die auf eine Bindehautentzündung hinweisen oder verklebte Augen, die anzeigen, dass die Person gegenüber an einer Allergie leidet. Ist der weiße Augapfel gelb verfärbt, so könnten Gallen- oder Lebererkrankungen vorliegen und bei Augenringen sollten Sie bei Gelegenheit ihren Cholesterinwert überprüfen lassen. Eile ist dagegen geboten, wenn sie in hohle Augen schauen, dann besteht eventuell Lebensgefahr.
Mehr Möglichkeiten der Diagnostik hat natürlich ein Augenarzt. So kann er anhand der Blutgefäße auf der Netzhaut Bluthochdruck, Diabetes oder auch Rheuma erkennen, aber auch abschätzen, wie hoch Ihr Risiko ist, einen Schlaganfall zu erleiden.
Auch die Haut gibt Hinweise auf unseren Zustand: Blasse Haut kann ein Indikator für Blutverlust wie bei Erkrankungen im Magen-Darm-Bereich sein. Aber auch Nieren- und Herzerkrankungen oder ein Eisenmangel können die Haut blass aussehen lassen. Auf ein Nierenproblem können Unterlidsäcke hinweisen, in denen sich Wasser staut. Rote Gesichtshaut ist dagegen eher ein Zeichen für Bluthochdruck oder aber auch für hohes, steigendes Fieber. Gelbe Haut kann ebenso wie die Gelbfärbung der weißen Augenhaut eine Lebererkrankung anzeigen. Sind dagegen Ihre Mundwinkel eingerissen, so besteht der Verdacht auf einen Eisen- oder Vitamin-B12-Mangel. Bei Gelegenheit sollten Sie vielleicht bei einem Arzt überprüfen lassen, ob Sie an Diabetes leiden.
Die Eigendiagnose sollte Sie nur darauf aufmerksam machen, dass mit Ihnen etwas nicht stimmen könnte.

Sie ersetzt niemals den Arztbesuch.

Text: Martina Jansen
Foto: stock.adobe.com/ Pixel-Shot