

A marble statue of a woman, likely Aphrodite of Knidos, shown from the waist up. She has her head bowed and is looking down. Her hair is styled in waves. She is wearing a draped garment that covers her left shoulder and arm. The statue is light-colored with some brownish stains on the chest and shoulder area.

Olaf Koob

# Kranke Haut

Organische und  
seelische Ursachen

Olaf Koob

Kranke Haut

Olaf Koob

**Kranke Haut**  
**Organische und seelische Ursachen**

ISBN 978-3-95779-120-7

4. Auflage 2020 im Info3 Verlag, Frankfurt am Main  
(1. bis 3. Auflage im Verlag Johannes M. Mayer, Stuttgart)

© 1999 Verlag Johannes M. Mayer, Stuttgart  
und 2020 Info3 Verlag, Frankfurt am Main

Einband: Frank Schubert, Frankfurt am Main  
Satz: Ulrich Schmid, de-te-pe, Aalen  
Druck und Bindung: CPI books, Birkach

# Inhalt

Einleitung	7
Vorwort zur dritten Auflage	11
Haut und Hülle	13
Unsere Haut – Spiegel und Grenze	18
Die Haut als Ganzheitsorgan in Gesundheit und Krankheit	25
Das Heringsche Gesetz und die Haut	32
Die Haut in der östlichen Heilkunde	37
Haut und Psyche	40
Die Allergie	45
Die Neurodermitis	60
Die Akne	79
Die Schuppenflechte	85
Haut und Licht	90
Die Gürtelrose	96
Das Pilzproblem	98
Epilog	102
Literatur	106

*»Drum hat der Mensch die Haut über sich, die ist der Mensch, daß sie scheidet die zwei Welten voneinander, die grosse und die kleine, das ist die Welt und den Menschen, auf daß zwei widerwärtige [entgegengesetzte] Ding nit zusammen in eine Welt fallen. Also bleibt auch der Mensch in seinem Hause, das ist in seiner Haut, und läßt nichts hinein und geht auch nicht aus seinem Haus, sondern er bleibt an seiner Statt [Stätte] und ist also ein Mensch in seiner Haut.«<sup>1</sup>*

## Einleitung

Dieses Buch handelt von unserem größten Organ, der Haut. Einem Organ, von dem behauptet werden kann, daß man es nicht kennt, obwohl es seinem Wesen nach das sichtbarste aller Organe ist. Es stellt sich als ein sichtbar-unsichtbares Geheimnis dar; es ist Grenze und Hülle zugleich.

»Hautkrankheiten sind auf dem Vormarsch« liest man heute beinahe täglich, und in fast jeder Familie gibt es Neurodermitis, Schuppenflechte, Ekzeme und besonders Allergien, allenfalls unterschieden nach Form und Ausmaß.

---

<sup>1</sup> Paracelsus, Sämtliche Werke; hrsg. von Karl Sudhoff, München 1923–1933.

Zitiert nach Gion Condrau/Heinrich Schipperges, Unsere Haut. Spiegel der Seele – Verbindung zur Welt, Zürich 1993, S. 26.

Haben wir es mit der Haut beim Menschen und in der Natur zu tun, so müssen wir uns mehr denn je fragen, inwieweit die schützenden Hüllen heute besonders angegriffen, beziehungsweise zerstört werden. Denken wir nur an die frühen Eingriffe der Medizin schon im Mutterleib oder auch an die unsere Erde umgebende Ozonhülle, die uns auch nicht mehr wie früher einen optimalen Schutz gegen krankmachende Einflüsse bietet.

Die folgende Beschäftigung mit dem komplexen Thema soll anregen, die eigene Haut und die damit verbundenen Probleme besser zu verstehen und jenseits festgefügter Meinungen zu diesem Thema eine andere Form von Hilfe in Anspruch zu nehmen. Dabei geht es nicht um Besserwisserei oder billige Rezepte, und schon gar nicht um eine Diskriminierung anderer Methoden.

Die Erwähnung bestimmter Heilmittel gilt als Verdeutlichung des Ausgeführten; sie sollten im Zweifelsfall vom Arzt – am besten dem Hausarzt – auf ihre Wirkung hin beurteilt und verordnet werden.

Andere Zeiten führen auch zu anderen, veränderten Krankheiten. Neue und zum Teil einseitige seelische, kulturelle und vor allem Ernährungsgewohnheiten tragen dazu bei.<sup>2</sup>

Wie sich die Voraussetzungen ändern können, erzählte mir ein erfahrener Hals-Nasen- und Ohrenarzt. In der Anfangszeit seiner Tätigkeit habe er noch eine völlig andere Situation in der Medizin vorgefunden und man habe in manchen Dingen auch anders – und damit oft vernünftiger – gedacht. So habe ein bekannter Professor für Kinderheilkunde auf einem Kongreß ausgeführt: »Ein Kind, das nicht mindestens fünf bis sechsmal im Jahr krank ist, ist nicht gesund!« Und zu seiner Medizinal-

---

<sup>2</sup> Vgl. hierzu Markus Treichler, *Neue Zeiten – Neue Leiden. Zeittendenzen · Krankheitsbilder · Chancen*, Stuttgart 1998.

assistentenzeit vor einigen Jahrzehnten seien Allergien in einer Hals-Nasen-Ohrenklinik noch eine Seltenheit gewesen! Und wie kann es einen angehenden Arzt nachdenklich stimmen, wenn er einem Patienten, der an einer schweren Erdbeerallergie leidet, allein mit dem Vorzeigen eines *Bildes* einer Erdbeere schon eine handfeste Allergie auszulösen vermag?

Daß die Haut heute eine besonderen Beachtung auch in der Literatur- und Kulturgeschichte findet, zeigt eine kürzlich erschienene Studie mit dem Titel *Haut. Literaturgeschichte – Körperbilder – Grenzdiskurse*.<sup>3</sup> Dort wird unter anderem ein interessantes kultur- und geistesgeschichtliches Bild der Haut vom 18. Jahrhundert bis in die Gegenwart nachgezeichnet. Aus der Einführung sei ein grundsätzlicher Gedanke vorangestellt, weil er auch für diese Arbeit einen zentralen Hinweis auf die gestellte Frage nach Gesundheit und Krankheit dieses Organs beinhaltet.

»Daß das Thema Haut zur Zeit Konjunktur hat, findet seinen Ausdruck in zahlreichen populärwissenschaftlichen Studien und journalistischen Reportagen, Dokumentationen und Essays, die sich mit der ›westlichen‹ Haut ebenso befassen wie mit der oftmals reich geschmückten Haut der Fremden. Nie wurde in der euro-amerikanischen Kultur so viel Geld für Tätowierungen, Piercing, Branding, Haut-Lifting, Liposuction (Fettabsaugung), Sonnenstudiosbesuche und Anti-Falten-Cremes ausgegeben wie heute. Nie gab es aber auch so oft Hautkrebs, Neurodermitis, Psoriasis (Schuppenflechte) oder Gürtelrose als Krankheiten, die sich sichtbar auf der Körperoberfläche manifestieren. Daß die zunehmende Fetischisierung einer glatten und makellosen Haut, die sich auch auf unbewußte, kollektive Körperbilder auswirkt, und das Stigmatisiertsein durch (größten-

---

3 Claudia Benthien, *Haut. Literaturgeschichte – Körperbilder – Grenzdiskurse*, Reinbek 1999.

teils) ›psychische‹ Hautkrankheiten zusammenhängen, ist längst populärwissenschaftliche Tatsache.«<sup>4</sup>

Berlin, im Mai 1999

Olaf Koob

---

<sup>4</sup> A.a.O., S. 8.

# Vorwort zur dritten Auflage

Unsere Haut ist das größte zusammenhängende Organ und neben der Darmschleimhaut auch unser wichtigstes Immunorgan. Sie enthält in konzentrierter Form die drei Gestaltungsprinzipien des Menschen: das Nerven-Sinnessystems in der Oberhaut, der sogenannten Epidermis, das rhythmische System mit Blut- und Lymphbahnen im Corium, in der Lederhaut als ein mittleres System und das Stoffwechsel betonte in der Subcutis, der Unterhaut mit dem Fettgewebe. Die Haut ist nicht nur in ihrer Form, auch in ihrer Funktion ein ganzer Mensch (»Haut-Ich«) und zeigt uns in ihrer gesunden und kranken Beschaffenheit äußerlich sichtbar unseren seelischen und körperlich-organischen Zustand.

In seinen medizinischen Vorträgen hat Rudolf Steiner, der Begründer der anthroposophischen Medizin, immer wieder auf die Stellung der Haut und die Bedeutung der Außenanwendungen als eine sehr wichtige medizinische Hilfe hingewiesen, um den Menschen durch Essenzen, Öle und Salben wieder an die kosmischen Umkreiskräfte anzubinden. Außenanwendungen werden so zu wirkungsvollen Innenanwendungen, wie wir das u. a. in der Kinderheilkunde erleben können!

Interessant ist, dass Steiner einmal in einer kurzen Bemerkung das ganze Dilemma der heutigen Dermatologie und ihrer Behandlungsmethoden charakterisiert hat: »die Haut ist ein unschuldiges Organ«. Das bedeutet, dass sie reines »Opfer« von pathologischen Außeneinwirkungen (Verbrennung, intensive Sonnenbestrahlung, Gifte etc.) oder krankhafter innerer Organe werden kann und es eine Illusion ist, sie mit Cremes verschiedenster Substanzen dauerhaft heilen zu wollen. Das bedarf für den Arzt einer differenzierten Kenntnis der Organtätigkeiten in

ihrer Beziehung zur Haut und der Psychosomatik und für den Patienten Geduld und Einsicht, daß das, was an der Oberfläche sichtbar wird, immer auf die Tiefe verweist.

Darauf basiert auch eine natürliche Kosmetik, die sich nicht nur einer Ästhetik verpflichtet fühlt, sondern auch stärkende und unterstützende Komponenten enthält. Denn die Haut ist nicht nur Ausscheidungs-, sondern auch ein sehr wichtiges Ausscheidungs- bzw. Resorptionsorgan, weshalb uns in unangenehmen Situationen Dinge buchstäblich »unter die Haut« gehen können ...

Berlin, im Februar 2013

Dr. med. Olaf Koob

# Haut und Hülle

Die Haut ist eine schützende Hülle, die Geborgenheit, Wärme, Abgrenzung nach außen *und* innen schenkt. Wir sind schon im Mutterleib Hüllenwesen und bleiben es teilweise für immer. Aus der mütterlichen Eihaut schlüpfen wir in mannigfaltige weitere Hüllen und sekundäre Häute wie Kleidung und Wohnung. Auch die natürliche und soziale Umwelt ist Hülle. Andererseits werden wir heute auch immer häufiger von Kindheit an durch von außen kommende stoffliche und seelische Attacken – von den Ultraschalluntersuchungen in der Schwangerschaft bis zum immer stärker werdenden Elektrosmog – veranlaßt, uns *unserer Haut zu wehren* oder aus unserer gewohnten *Haut zu schlüpfen*. Wir haben dann das Gefühl, daß die Welt und unsere Mitmenschen nicht mehr gut zu uns sind. Die Elemente – Luft, Licht, Wasser und Erde – sind ebenso unsere »Feinde« geworden wie die blühenden Bäume und Pflanzen im Frühling, das Sonnenlicht im Hochsommer oder die Winterkälte. Auch Hunde, Katzen, Pferde, Meerschweinchen, Milch, Weizen – und sogar die Menschen; sie alle können uns bei einer bestimmten Disposition »allergisch« machen. Was passiert, wenn die Welt uns nicht mehr streichelt und uns die Dinge zu sehr *unter die Haut gehen*, weil wir vielleicht zu dünnhäutig sind?

Schon Ende des 19. Jahrhunderts brachten französische Hautärzte Ekzeme mit seelischen Konflikten in Verbindung: Sie nannten sie »Neurodermitis«. Auch der Kliniker und Psychologe René Spitz hat schon vor Jahrzehnten bei Säuglingen und Kleinkindern den Zusammenhang zwischen psychischen Konflikten und Hauterkrankungen erforscht und beschrieben. So wurden von ihm Hautkrankheiten häufig bei sechs bis zwölf Monaten alten Säuglingen beobachtet, die von ihren Müttern getrennt in Wai-

senhäusern lebten. Spitz erklärte sich die Symptome als Ursache von Trennung, dem Mangel an Hautkontakt und der fehlenden Aufmerksamkeit von Seiten der Mütter: Die Haut, als Teil unseres Nervensystems wurde gewissermaßen »zornig«.

In einer anderen Studie fand er heraus, daß die Beziehungen zwischen Kindern mit Hautentzündungen – sogenannte »Dermatitis« – und deren Mütter besondere Merkmale aufwiesen. So stellte er achtundzwanzig Fälle von Müttern vor, die in einer Strafanstalt lebten und dort ihre Kinder zur Welt bringen mußten. Sie saßen hauptsächlich wegen Sexualdelikten und Diebstählen ein und hatten einen geringen geistigen und emotionalen Entwicklungsgrad. Das Verhalten ihren hautkranken Kindern gegenüber war auffallend. Sie berührten sie nicht gern und überredeten meist eine andere Haftgenossin, ihr Kind zu wickeln und zu versorgen aus Angst, etwas falsch zu machen. Auch unbewußte Feindseligkeiten gegen die eigenen Kinder wurde beobachtet.

An diesen wenigen Beispielen wird bereits deutlich, daß man bei einem »oberflächlichen« Organ wie die Haut in die Tiefe des Menschen herabsteigen muß, um ihm – oft nach einer langen Odysse mit Cortisonsalben – wenigstens annähernd helfen und unterstützen zu können. Die Haut spiegelt einerseits unsere organische und seelische Befindlichkeit nach außen wider und ist andererseits eines unserer wichtigsten Immunorgane, das an der Grenze zwischen der Innen- und Außenwelt vermittelt.

Ich erinnere mich noch an die Prüfung in Dermatologie während meines Staatsexamens. Am Ende der Prüfung begründete uns unser Professor für Hautkrankheiten seinen Entschluß, Dermatologie als Fachgebiet zu wählen: »Die Dermatologie ist die einzige medizinische Disziplin, wo einem die Krankheit sichtbar vor Augen liegt.« Damit hatte er, was das sichtbare Ende eines Krankheitsprozesses angeht, recht – nicht aber was die Ursachen betrifft, die er mit den Folgeerscheinungen verwechselt hat.

Wie wir schon erwähnten, ist die Haut ein Spiegel und ähnlich dem Spiegelbild keine Realität, sondern Abbild von dem, was sich außerhalb von ihm befindet. Sehe ich in ihm ein unsympathisches Gesicht, so hat es keinen Sinn, das Spiegelbild zu manipulieren, um das Gesicht schöner zu machen, was möglich ist, aber eine Täuschung wäre.

Auch meine Sicht der Hautkrankheiten hat sich im Laufe der Jahre grundlegend geändert, wobei mir gewisse Krankheitszustände und Mitteilungen von Betroffenen geholfen haben, dieses Wissen zu erweitern. Immer wieder ist zu erleben, daß es einem Patienten schon am nächsten Tag besser geht, wenn er eine ursachenorientierte Aufklärung über seine Haut und ihre tiefere Bedeutung erhält. Er bleibt dann auch nicht darauf fixiert, möglichst schnell seine Oberfläche »glatt« wieder hergestellt zu bekommen, in der trügerischen Hoffnung, es sei dann alles »weg«.

Als Ganzheitsorgan braucht die gesunde Haut vielmehr eine natürliche, pflegend-schützende und sogar heilende Kosmetik, um sich gegen die vielfältigen äußeren Einflüsse schützen zu können. Bei einer Erkrankung braucht sie die wesentliche Unterstützung durch Lebenshygiene, gesunde, mineralstoffreiche Ernährung und die Stabilisierung der inneren Organe mit natürlichen Heilmitteln, wie dies seit vielen Jahrzehnten und Jahrhunderten in der Ganzheitsmedizin – sei es Naturheilkunde, Homöopathie und anthroposophische Medizin im Westen oder durch Ayurveda und chinesische Medizin im Osten – geschieht. Die gemeinsame Grundlage dieser Heilmethoden ist – und das betrifft in besonderem Maße die Haut, daß alle Krankheit in den Tiefen der eigenen Biographie disponiert ist. Ein Algenteppich, der auf der Meeresoberfläche schwimmt, ist nur ein Symptom für die belastete Wasserqualität, für das gestörte Gleichgewicht innerhalb eines großen Ökotopt. Es wäre ein Trugschluß zu glauben, man könne das Grundübel beseitigen, indem man die Algen

mit Hilfe von Pestiziden vernichtet. Dies wäre nicht Heilung, sondern Steigerung der eigentlichen Problematik.

Auch in der Medizin sollten wir lernen, zwischen den »Symptomen« und der »Krankheit« zu unterscheiden, statt zu glauben, wir könnten die Krankheit zugleich mit den Symptomen zum Verschwinden bringen, Symptome sind meist Selbsthilfe, ein Versuch, die Krankheit zu überwinden.

In der Homöopathie ist diese Tatsache seit langem bekannt. Ihr Begründer Samuel Hahnemann (1755–1843) wußte, daß eine nur äußere Behandlung von Hauterscheinungen – zum Beispiel durch Salben – nicht zur Heilung, sondern zur Verkomplizierung führt, die dann einen langwierigeren, oft chronischen Verlauf nimmt – und eine grundlegende Behandlung erschwert.

Ob wir Hautkrankheiten aus der Sicht der Homöopathie, Naturheilkunde, der chinesischen Heilkunde oder der anthroposophischen Medizin betrachten – überall werden sie als Äußerungen tieferliegender konstitutioneller Probleme verstanden, die in einem größeren Zusammenhang gesehen werden müssen.

Die Haut als schützende Hülle stellt eine individuelle Grenze zwischen Innen- und Außenwelt dar, und ihre Funktionsstörungen müssen entsprechend individuell behandelt werden, da auch die Vererbung eine Rolle spielt. Ähnlich wie es nicht *die* Krankheit und *das* Heilmittel gibt, so gibt es auch nicht *die* Neurodermitis, die mit *dem* Heilmittel kuriert werden kann. Schnelle Wunderheilungen mit Salben wie Cortison sollten daher skeptisch beurteilt werden. Denn meist sind jahrelange Bemühungen notwendig, um organische, konstitutionelle, diätetische, psychische oder sogar soziale Einflüsse zu eruieren, die schließlich dazu beigetragen haben, daß ein Mensch sich in seiner Haut nicht mehr wohl fühlt.

Die Haut in ihrer Durchlässigkeit ist ein labiles Organ, welches als eine Art Indikator für ein gestörtes Verhältnis zwischen außen und innen dient. Auch Goethe kannte ihre psychosomatische

Beschaffenheit: »Die ganze Lebenstätigkeit verlangt eine Hülle, die gegen das äußere rohe Element, es sei Wasser oder Luft oder Licht, sie schütze, ihr zartes Wesen bewahre, damit sie das, was ihrem Innern spezifisch obliegt, vollbringt.«<sup>5</sup>

---

<sup>5</sup> Zitiert nach Gion Condrau/Heinrich Schipperges, *Unsere Haut. Spiegel der Seele – Verbindung zur Welt*, Zürich 1993, S. 187.