

# Männerhaut **versus** Frauenhaut

Nichts im Leben ist gerecht, und das betrifft leider auch die **Hautqualität** bei Männern und Frauen. Beide unterscheiden sich von Natur aus, und das benachteiligt im Alter leider die Damen.

**W**ir erinnern uns: Jede menschliche Haut ist gleich aufgebaut. In der mittleren Hautschicht, der Lederhaut finden sich Kollagen- und Elastinfasern, außerdem sind hier die Talg- und Schweißdrüsen zuhause, in der Oberhaut sind (von innen nach außen) Basalzellschicht, Stachelzellschicht, Körnerzellschicht und Hornzellschicht ordentlich aufeinander gestapelt. Letztere schützt uns vor der rauen Wirklichkeit.

Frauen hegen und pflegen die Haut ihr Leben lang, damit sie immer schön glatt und rosig aussieht – von all dem Fett und der Feuchtigkeit quillt sie tatsächlich ein wenig auf und erscheint über Stunden so, wie wir sie haben wollen.

**Männerhaut ist dicker** Männerhaut hat eine doppelt so dicke Hornschicht wie die weibliche. So sieht sie auch unter widrigeren Umständen immer schön satt und feucht aus. Insgesamt ist ihre gesamte Epider-

mis viel dicker, was auch ihre geringere Empfindlichkeit auf Tast- und Schmerzreize erklärt. Zudem ist die männliche Epidermis auch noch besser verankert in der Lederhaut – sie kann so schnell nichts trennen. In der Lederhaut selbst sind zwar weniger elastische Fasern als bei Frauen, aber dafür mehr Muskeln. Die Herren haben auch noch ein strafferes Bindegewebe, was erklärt, warum sie keine Cellulite bekommen. Hier fragt sich frau: Warum diese Ungerechtigkeit, Männer werden ja noch nicht einmal schwanger.

Die Talgdrüsen allerdings, die inmitten der Lederhaut liegen, sind bei Männern aktiver. Das war bei einem Steinzeitmenschen, der sich viel draußen aufhielt, auch durchaus sinnvoll: Das körpereigene Fett schützte wunderbar vor den Unbilden der Witterung. Im Winter wurde es auch mal ein bisschen mehr. Wenn in den Zeiten der Zentralheizung die Talgdrüsen jedoch unvermindert weiterarbeiten, richtet sich beim Mann gern ein Hefepilz ein, der den Talg zum Fressen gern hat. Er heißt *Malassezia furfur* und verursacht ein sogenanntes fettiges Ekzem. Auch

die Akne, die ebenfalls mit den Talgdrüsen zusammenhängt, setzt Männern eher zu.

**Der Zahn der Zeit** Erst im Alter zeigt sich die volle Härte im Geschlechterkampf: Was immer so feinporig und schimmernd, so zart und faltenlos das weibliche Gesicht geziert hatte, erwirbt nun schneller Falten, wird schneller trocken und ist den Gesetzen der Schwerkraft schneller unterworfen, da das Bindegewebe schlapp macht. Die Backen beginnen zu hängen, die Krähenfüße um die Augen bleiben nun stehen und die Krisselfalten um die Lippen machen es gemeinsam mit einzelnen Hexenhaaren auch nicht besser. Das hängt mit den Wechseljahren zusammen. Mit der Hormonumstellung verliert auch die Haut an Spannkraft: Die Talgdrüsen fahren ihre Aktivität herunter, das Wasserbindungsvermögen lässt nach, die Haut trocknet aus. Insgesamt verliert sie an Festigkeit und Elastizität. Und der Mann? Sein Testosteron ist ihm eine große Hilfe. Das bleibt ihm nämlich länger erhalten. Seine Talgproduktion läuft weiterhin gut, gerade die Gesichtshaut bleibt schön straff und glänzt genau im richtigen Maße. ■

Alexandra Regner,  
PTA und Journalistin



© puhha / iStock / Getty Images

