

Eric Standop

Dr. med. Philipp Katumba

GESICHTLESEN

FACE READING



KRANKHEITEN
SEHEN und
VERSTEHEN

 Schirner
Verlag

Eric Standop

Dr. med. Philipp Katumba

GESICHTLESEN

FACE READING

KRANKHEITEN
SEHEN und
VERSTEHEN



Die Ratschläge in diesem Buch stellen keinen Ersatz für medizinische oder psychologische Behandlungen dar. Bei Krankheiten, körperlichen Beschwerden oder in der Schwangerschaft sollte stets ein Arzt konsultiert werden. Für eventuelle Schäden können weder der Verlag noch der Autor eine Haftung übernehmen.

ISBN 978-3-8434-1113-4

Eric Standop & Dr. med. Philipp Katumba:
Gesichtlesen – Face Reading
Krankheiten sehen und verstehen
© 2013 Schirner Verlag, Darmstadt

Umschlag: Simone Fleck, Schirner,
unter Verwendung von # 44470921
(yuriyzhuravov) und # 47838572 (Argus),
www.fotolia.com
Satz: Simone Fleck, Schirner
Lektorat: Dirk Grosser
Redaktion: Katja Hiller, Schirner
Printed by: Ren Medien GmbH, Germany

www.schirner.com

4. Auflage Juli 2016

Alle Rechte der Verbreitung, auch durch Funk, Fernsehen und sonstige Kommunikationsmittel, fotomechanische oder vertonte Wiedergabe sowie des auszugsweisen Nachdrucks vorbehalten

INHALT

Vorwort	6
---------	---

EINLEITUNG

Mein Weg zum Gesichtleser	10
Von Eric Standop	
Mein Weg zur Integrativen Medizin	14
Von Dr. Philipp Katumba	
Krankheiten im Gesicht lesen	17
Gesichtlesen in der Geschichte	17
Gesichtlesen in der Medizin	26

THEORIE

Begriffsdefinitionen	32
Antlitzdiagnostik begreifen	37

HAUT 41

Haut lesen	50
Rotfärbungen	53
Grau- und Schattenfärbungen	59
Gelb- und Braunfärbungen	61
Weißfärbungen	64
Glanzbildung	68
Akne – Pickel – Mitesser	73

GESICHTSZONEN	79
Augen	82
Augen lesen	85
Augenlider lesen	96
Blicke und Bewegungen lesen	102
Augenbrauen lesen	105
Mund	108
Mund lesen	109
Weitere Merkmale lesen	119
Nase	123
Nase lesen	127
Nasenlippenfalten (Nasolabialfalten)	136
Reaktionen und Gerüche	141
Ohren	144
Ohren lesen	146
Weitere Merkmale lesen	152
Wangen	155
Wangen lesen	156
Kinn	162
Kinn lesen	163
Stirn	169
Stirn lesen	170

ANGRENZENDE ZONEN	181
Haare	182
Haare lesen	189
Zunge	191
Zunge und Organe	193
Zähne	197
Zähne lesen	201
Stimme	204
Stimme lesen	206
Weitere Merkmale lesen	207

PRAXIS

Ehrenkodex – Gesichtlesen	214
Praktische Antlitzdiagnostik	216

SCHLUSS

Ein Ausblick zum Schluss	242
Danke	244
Die Autoren	246
Eric Standop	246
Dr. med Philipp Katumba	248
Literaturhinweise	250
Bildnachweis	252

VORWORT

Der Mensch ist nicht die Summe seiner Krankheiten. Genau diesen Eindruck können wir aber gewinnen, wenn wir uns den Alltag in Kliniken, Arztpraxen oder Pflegeheimen vor Augen führen. In der modernen Medizin wird der Patient diagnostiziert, operiert und therapiert. Gesprochen mit ihm wird wenig, intensiv in seiner Gesamtheit betrachtet wird er noch viel weniger. Der Patient kostet entweder Geld, oder er bringt Geld.

Auch ich bin Kind der Schulmedizin und begann doch schon als junger Arzt im Krankenhaus, zu zweifeln bzw. Zusammenhänge und Abläufe zu hinterfragen. Nimmt die moderne Medizin den Menschen als Individuum noch wahr, wenn Patienten nicht mit Namen, sondern nur noch als »Krankheit XY in Zimmer XY« betitelt werden? Schöpft die moderne Medizin alle Möglichkeiten aus? Und würde unser Gesundheitssystem, selbst wenn wir es wollten, dies überhaupt zulassen?

Wir Menschen sind keine Bioroboter, auch wenn wir von verschiedenen Gruppen gerne darauf reduziert werden. Wir sind Individuen mit einer ganz persönlichen Lebenserfahrung und ggf. auch einer ganz persönlichen Krankheitsgeschichte. Diese Geschichte ist mehr als nur der Ausdruck ihrer Symptome und Befunde.

Die Wissenschaft hat für die Medizin Unglaubliches geleistet, sie enorm weitergebracht. Aber sie vertraut fast nur noch ihren Apparaten. Sie vertraut nicht der Empathie von Ärzten, Heilberuflern und Therapeuten. Als junger Assistenzarzt in der Klinik wurde ich gerügt, ich sei zu langsam bei der Arbeit. Während sich die meisten meiner Kollegen am Computer durch administrative Aufgaben kämpften, setzte ich mich oft ans Bett der Patienten, hörte zu und

durfte immer wieder feststellen, wie eindrücklich sich Krankheiten im Gesicht manifestieren.

In meiner eigenen Praxis entwickelte ich meine Blickdiagnostik weiter und traf Eric Standop, der mir die traditionelle Antlitzdiagnostik, die Sonnerschau und das chinesische Siang Mien näherbrachte. Dieses Buch fasst nun unseren Austausch auf wundervolle Weise zusammen. Es beschreibt, wo wir welche Krankheiten, Dispositionen und Mangelzustände im Gesicht eines Menschen erkennen können. Natürlich erheben unsere Befunde keinen Anspruch auf Vollständigkeit oder Unfehlbarkeit. Aber sie zeigen, dass die Antlitzdiagnostik wertvolle Hinweise liefert und sich daraus meist die richtigen Schlüsse ziehen lassen.

Teile des Buches sind in Form eines Dialogs verfasst. Dabei beschreibt zunächst Eric Standop als Gesichtleser, welche Krankheiten er in einem Gesicht erkennt. Anschließend vergleiche ich seine Beobachtungen mit meinen schulmedizinischen Diagnosen und Erfahrungen als Arzt. Meine Textteile finden Sie als grauen Text.

Gemeinsam wünschen wir uns, dass Sie als Leserinnen und Leser dem Buch mit viel Offenheit und Neugier begegnen. Es soll helfen, den Weg von einer technokratischen und unpersönlichen Medizin hin zu einer individuellen und empathischen Medizin zu führen. Wir wünschen Ihnen eine spannende Entdeckungsreise durch die Welt der Antlitzdiagnostik.

Die achtsame, vorurteilsfreie Anteilnahme ist ein wesentlicher Schlüssel zur Heilung.

Dr. med. Philipp Katumba

Gesichtlesen in der Medizin

Ob Antlitzdiagnostik, Pathophysiognomik oder Blickdiagnose, es sind unterschiedliche Begrifflichkeiten, die doch letztlich für dieselbe Herangehensweise stehen. Für viele Menschen scheint es erstaunlich, dass in der heutigen Medizin des 21. Jahrhunderts immer noch »der diagnostische Blick« eines erfahrenen Arztes unersetzlich bleibt, obwohl vielfältige apparative Diagnosemöglichkeiten den Eindruck vermitteln könnten, dass dieser längst der Vergangenheit angehöre. Umso verwunderlicher ist, dass bis heute keine spezifische Fachrichtung an einer medizinischen Fakultät existiert, welche sich mit der Fragestellung der Strukturveränderungen im Gesicht bei Krankheiten beschäftigt und den Versuch wagt, die verborgenen Mechanismen zu untersuchen.

Das Thema der Strukturveränderungen im Gesicht bei Krankheiten erscheint vermutlich zu komplex oder aber nicht interessant genug, um wissenschaftlich erforscht zu werden, obwohl sich seit Jahrhunderten Ärzte aller Kulturen dieser Methode der Erfahrungsmedizin bedienen. Nicht selten zeigen Krankheitsbilder eben auch im Gesicht charakteristische und unverkennbare Erscheinungsformen, die aber bis heute, zumindest aus wissenschaftlicher Sicht, nicht ausreichend erforscht sind. Trotz allem wird oft nach einer Blickdiagnose des geschulten Arztes direkt eine Therapie eingeleitet. Dem Mediziner helfen häufig spezifische Veränderungen im Gesicht eines Erkrankten, eine Verdachtsdiagnose zu bestätigen und in der Folge weitere gezielte Abklärungen vorzunehmen.

Viele Krankheiten führen zu Strukturveränderungen im Gesicht, ohne dass sich die Ursache dieser spezifischen Veränderungen abschließend klären lässt. Einen beeindruckenden Beleg liefern

Patienten, die mit einer Überfunktion der Schilddrüse (Morbus Basedow) zu kämpfen haben. In einigen Fällen entwickeln diese einen Exophthalmus (hervortretende Augäpfel), oft einhergehend mit einem stechenden Blick. Dies ist nur ein Beispiel, wie erstaunlich und wertvoll das Wissen der Blickdiagnostik seit Jahrhunderten die tägliche Arbeit in der Medizin prägt und am Leben erhält.

Der »klinische Blick« eines erfahrenen Mediziners ist bis heute durch kein noch so aufwendiges diagnostisches Verfahren zu ersetzen. Er hat sich über die Jahrtausende in der Diagnostik verwurzelt und war zu Zeiten, in denen wir keine Diagnoseinstrumente kannten, neben dem Abklopfen, Abhören und Riechen, eine wichtige Methode zum Erkennen von Erkrankungen.

Die Antlitzdiagnose wurde wohl deshalb bereits mit den Anfängen der Medizin von Oberheilkundigen angewandt. Dabei wurden aufgrund von Veränderungen der äußeren Merkmale Rückschlüsse auf die Gesundheit des Einzelnen geschlossen. Die Hypothese, dass sich Krankheiten bereits Jahre vor ihren bekannten Symptomen im Gesicht manifestieren, konnte mehrmals bestätigt werden.

Die Palette von Gesichtshautveränderungen bei spezifischen Organerkrankungen ist so breit, dass mittlerweile verschiedene fachübergreifende Lehrbücher existieren. Diese reichen von der Dermatologie bis zur Endokrinologie. Interessanterweise wird jedoch die Beurteilung der Zunge in der Schulmedizin nur für die Diagnose der zentralen Zyanose (Sauerstoffmangel) herangezogen, obwohl sie in der TCM seit Jahrtausenden, neben der Pulsdiagnostik, als eines der wichtigsten Diagnosemittel eingesetzt wird.

Ich darf feststellen, dass ich im Laufe meiner 13-jährigen Tätigkeit als Arzt in der Allgemeinen und Inneren Medizin viele Gesichtsveränderungen verfolgen durfte, deren Diagnosen durch weiterführende Abklärungen bestätigt wurden.

Folgende Beispiele sind nur stellvertretend für eine Fülle von Beobachtungen:

Ein aufgedunsenes Gesicht mit roten Wangen. Dieses könnte auf einen Cortison-Überschuss im Körper hindeuten, der sich entweder aufgrund eines hormonproduzierenden Tumors oder einer lang dauernden Cortison-Therapie derart zeigt.

Die rötlich-blauen Lippen oder Wangen als Zeichen für Sauerstoffmangel im Körper. Dies könnte ein Zeichen für einen Herzklappenfehler oder eine schwere Lungenkrankheit sein.

Leber- oder Gallenstoffwechsel-Erkrankungen können sich durch eine gelbe Verfärbung der Gesichtshaut und der Bindehäute äußern.

Eine straffe und unbewegliche Gesichtshaut (Maskenhaut) mit starrer Mimik und kleiner Mundöffnung (Mikrostomie) und »Tabaksbeutelmund« kann ein Hinweis auf eine Sklerodermie sein, eine noch ungeklärte Autoimmunkrankheit, welche besonders auch verschiedene innere Organe betreffen kann.

Akne kann nicht nur in der Pubertät als Zeichen von Hormonveränderungen gesehen werden, sondern auch Zeichen von Vergiftungserscheinungen mit z.B. Dioxin (wie beim Giftanschlag auf den ukrainischen Politiker Juschtschenko) sein.

Auch verschiedene Medikamente wie Diuretika, Psychopharmaka oder Blutdruckmittel können Gesichtsveränderungen auslösen, die aussehen wie Sonnenbrand.

Durch unsere technokratische Medizin ist der diagnostische Blick in der Schulmedizin in den letzten Jahrzehnten immer mehr aus dem Fokus einer fundierten Ausbildung gefallen. Das ist bedauerlich, denn dieses Wissen bleibt für den praktischen Alltag und die schnelle Beurteilung eines Patienten unerlässlich. Es wird anscheinend immer schwieriger, in der Welt der evidenzbasierten Medizin mit ihren harten Fakten die weichen Fakten einer fundierten und langjährigen Erfahrungsmedizin aufrechtzuerhalten. Von daher bin ich von Herzen dankbar, dass dieses alte Wissen heute wieder durch Heilpraktiker und Naturheilärzte gelehrt wird.

»Das GESICHT ist das FENSTER
des Körpers, wie die Augen das
Fenster zur Seele sind, und es ist
oftmals ein direkter SCHLÜSSEL
zur richtigen DIAGNOSE.«

ANLITZDIAGNOSTIK BEGREIFEN

Wie und warum funktioniert Antlitzdiagnostik? Diese Fragen tauchen häufig auf, wenn wir erkennen, dass ein Zusammenhang zwischen der körperlichen und mentalen Gesundheit und der Erscheinung, dem Aussehen und dem Ausdruck eines Gesichts besteht.

Verstandesmenschen wollen faktenbasierte und zweifelsfreie Erklärungen für dieses Phänomen, damit sie sich weiter auf die Thematik einlassen können. Eine andere – wesentlich kleinere – Gruppe lehnt dies wiederum ab. Je mehr die Antlitzdiagnostik erklärbar wird, desto mehr entfernen sie sich, denn diese wiederum suchen nicht Antworten für den Kopf, ihnen ist es wichtig, an etwas zu glauben.

Dabei kann das Gesichtlesen mit all seinen Teildisziplinen eine wunderbare Brücke für beide Seiten sein. Wer es nur über den Verstand erfassen möchte, wird spätestens bei ihren mystischen Lehren an Grenzen stoßen. Wer den offensichtlichen und erklärbaren, damit auch wissenschaftlichen Aspekt völlig ablehnt, weil er nur seiner Intuition vertraut, der hat sich ebenfalls Mauern errichtet, denn der Mensch ist ein ganzheitliches Wesen. Es geht um den Körper, den Geist und die Seele. Das Gesichtlesen möchte davon nichts ausklammern, insbesondere die Antlitzdiagnostik ist für diesen Weg in wundervoller Weise geeignet.

Der prüfende Blick auf das Gesicht eines Menschen ist ein anderer als der, welchen wir im Alltag nutzen, und er benötigt Übung. In der Antlitzdiagnostik ist jede Veränderung des Äußeren ein Hinweis auf innere Vorgänge. Diese können sowohl

psychischer als auch physischer Natur sein. Wie wir in diesem Buch lernen, hat alles seine Bedeutung. Schwellungen, Färbungen, Glanz, Schatten, Struktur, Falten und Beschaffenheit der Haut, auch einzelner Merkmale wie beispielsweise der Ohren, sind nicht zufällig.

Wir müssen die Zeichen nur aufmerksam wahrnehmen und sie in der Folge benennen, dann nutzen wir eine überaus hilfreiche Informationsquelle: die Sprache des Gesichts.

Unser Körper ist von einem vielschichtigen Nerven- und Gefäßsystem – folgen wir der TCM auch von Meridianen – durchzogen. Es spart keine Region aus, vernetzt dabei unsere Organe mit unserem Gehirn, ebenso mit dem Gesicht. Dorthin werden vielfältige Informationen über Empfindungen, Störungen und krankhafte Veränderungen in Tätigkeit oder Zustand der Organe geliefert. Hauptverantwortlich hierfür sind der fünfte, der siebte und der zehnte Hirnnerv: Nervus trigeminus, Nervus facialis und Nervus vagus.

Weitere hilfreiche Informationen liefern die Gesichtsmuskeln mit ihren unterschiedlichen Aufgaben. Sie zeigen Reaktionen auf bewusste, aber auch unterbewusste Vorgänge. Das Gesicht eines gesunden Menschen sieht wesentlich anders aus als das eines Kranken. An den Gesichtsmuskeln lesen wir eben nicht nur die Emotionen ab. Natürlich gibt es eine Verbindung zwischen dem Gemüt, den Gedanken, den Emotionen, den Gefühlen und unserem Nerven- und Immunsystem. Letztlich auch mit unseren Organen, die sich diesen zuweisen lassen.

Über derartige körperliche Reaktionen berichten auch uralte Redewendungen wie: »mir schlägt etwas auf den Magen«, »mir geht etwas an die Nieren«, »es ist zum Haare raufen«, »mir läuft eine Laus über die Leber«, »mir läuft die Galle über« oder »ich mache mir in die Hosen«. Es sind solche Aussagen, die uns eine Tür öffnen und uns ahnen lassen, wie wir die Krankheitszeichen eines Körpers auch begreifen können.

HAUT



BESCHAFFENHEIT, FALTEN,
VERFÄRBUNGEN, SCHWELLUNGEN,
GLANZ, SCHATTEN, ÄDERUNGEN,
AKNE, MITESSER, PICKEL

Die menschliche Haut ist außergewöhnlich. Sie bietet Schutz, dient durch Tast- und Berührungssinn der Kommunikation mit der Außenwelt und ist zugleich Ausdruck unseres emotionalen Zustandes. Sie ist, wie es der Volksmund vieler Kulturen bereits sagt, auch »Spiegel der Seele«.

Selbst für den nüchternen Betrachter liefert die Haut beeindruckende Fakten. In ihrer Schutzfunktion überragend, schirmt sie unseren Körper vor allerlei Umwelteinflüssen ab. Sie verhindert das Eindringen von Krankheitserregern und Fremdstoffen und mindert den schädlichen Einfluss der UV-Strahlung der Sonne. Sie bietet auch Schutz vor mechanischen Verletzungen und reguliert die Körpertemperatur.

Vielen Menschen kommt es nicht in den Sinn, dass die Haut ein eigenes Organ ist, das größte und vielseitigste, welches wir besitzen. Bereits im Mutterleib ist unsere Haut das erste funktionierende Sinnesorgan. Noch bevor Augen oder Ohren angelegt sind, lässt uns die Haut bereits fühlen. Sie besteht aus verschiedenen Schichten, der Oberhaut (Epidermis), der Lederhaut (Dermis) und der Unterhaut (Subcutis) mit ihren Hautanhangsgebilden, wie beispielsweise Haaren, Talgdrüsen oder Schweißdrüsen.

Mit ihren bis zu fünf Kilogramm ist sie schwerer als jedes andere Organ unseres Körpers. Mehr noch: Rechnet man die Unterhaut des Körpers noch mit, so macht sie ein Fünftel des gesamten Körpergewichts aus. Sie kann dann bis zu 20 Kilogramm wiegen.

Die Haut wächst mit uns und erreicht beim Erwachsenen eine Fläche von bis zu zwei Quadratmetern. Sie bedeckt alles außer den Augen und Zähnen. Mit etwa 8 mm an den dicksten Stellen ist sie

dabei äußerst robust, während sie am Augenlid nicht über Papierdicke hinauskommt.

Die Haut stellt den sichtbaren Teil des Körpers dar. Somit ist sie auch für verschiedene kommunikative Aufgaben zuständig. Diese Kommunikation ist sowohl aktiv als auch passiv. So kann die Haut aktiv Eindrücke vermitteln, die durch Tasten erlangt werden, aber auch passiv Informationen übermitteln, wenn wir von jemandem oder etwas berührt werden. Zudem verrät die Haut durch Veränderung ihrer Farbe (z.B. beim Erröten) oder der Form ihrer Oberfläche (z.B. bei der sogenannten Gänsehaut) Gefühle. Wir müssen nur lernen, die Botschaften abzulesen.

Die Verbindung von Körper und Seele wird uns auf der Haut deutlich aufgezeigt. Wir erröten vor Scham, zeigen eine Gänsehaut bei Furcht oder erblassen, wenn wir uns erschrecken. Innere Konflikte können die Haut krank machen, man möchte dann »aus der Haut fahren« oder »fühlt sich nicht mehr wohl in seiner Haut«. Die inneren Vorgänge, welche sich auf der Haut widerspiegeln, beschränken sich für Gesichtleser jedoch nicht auf den psychischen bzw. mentalen Bereich.

Die Haut als äußeres Organ hält stets Verbindung zu den inneren Organen. Sie bietet ihnen eine Möglichkeit, nach außen zu kommunizieren. Jede Veränderung, jede Dysbalance und jeder Mangel im Inneren wird demnach auch auf der Haut sichtbar. Eine Annahme, die von vielen Kulturen geteilt wird und ihren Niederschlag in zahlreichen Zitaten von griechischen und chinesischen Gelehrten bis hin zu Paracelsus findet. Selbst in Goethes Faust findet sich die Textzeile: »Nichts ist drinnen, nichts ist draußen; denn was innen, das ist außen.«



Unsere empfindlichste Haut ist die Gesichtshaut. Sie ist permanent den unterschiedlichen Einflüssen und Belastungen, von innen und außen, direkt ausgesetzt, die sich mit der Zeit als Veränderungen im Gesicht bemerkbar machen. Auf diese Weise ist unsere Haut an dieser Stelle am aussagekräftigsten. Wir müssen nur lernen, die Zeichen und Merkmale zu erkennen und zu verstehen. »Du bist eine ehrliche Haut!«, ist ein Satz, den jeder gerne über sich hört. Diese Redensart kommt nicht von ungefähr, denn die Haut ist ein ehrlicher Botschafter, dem wir zuhören, den wir lesen sollten.

Beim Betrachten der Haut stellen sich mögliche Veränderungen auf unterschiedliche Weise dar. Besonders eindrucksvoll und mitteilbar sind natürlich Falten. Wir sollten jedoch weitere Merkmale wie Färbungen, Schwellungen, Äderungen, Glanz und Schattenbildungen sowie den allgemeinen Zustand des Gewebes nicht in unserer Gesamtbeurteilung außer Acht lassen.

Falten werden in der Gesichtselektur fast wie »Narben« betrachtet: Kerben, die das Leben geschlagen hat und die uns primär den chronischen Verlauf einer Krankheitsgeschichte erzählen, aber auch etwas

über den seelischen Zustand eines Menschen und seine Persönlichkeitsstrukturen verraten. Hat sich eine Falte erst einmal »eingepägt«, zeichnet diese nachhaltig das Gesicht des Menschen. Daran können auch Eingriffe der »Schönheitschirurgie« nur für kurze Zeit etwas ändern. Ändert der »Besitzer« einer Falte jedoch etwas an ihrer wahren Ursache, neigen Falten dazu »auszuglätten«, wie dies auch Narben Jahre nach einer Operation tun können.

Aus medizinischer Sicht sind Falten und Narben natürlich nicht wirklich gleichzusetzen. Als Narbe bezeichnet man eine irreversible Zerstörung der Hautstruktur, des kollagenen Netzwerks der Haut. Die Narbenbildung ist ein Wundheilungsprozess der Haut nach einer Verletzung. Bei diesem Heilungsprozess durchläuft die Haut einen Umbauprozess, der mit der Blutstillung für den ersten Wundverschluss beginnt. Danach bilden Entzündungszellen ein Granulationsgewebe, welches durch kollagenreiches Bindegewebe (Fibrose) ersetzt wird, welches sich im weiteren Heilungsverlauf strafft und mit der obersten Hautschicht (Epidermis) verschlossen wird. Bei dieser Narbenhaut ist das Kollagen nicht mehr komplex verflochten, sondern parallel angelegt, und es fehlen die Talg- und Schweißdrüsen. Daher ist die Narbenhaut nicht mehr so elastisch und weist meistens keine Faltenbildung auf.

Falten sind hingegen ein sichtbarer Prozess der Hautalterung. Dieser ist ein natürlicher Bestandteil des Lebens und zugleich ein komplexer biologischer Vorgang, der auch mit Faltenbildung einhergeht. In der heutigen Zeit wird dieser Prozess aber von vielen Menschen als unangenehm und störend empfunden, da sich vieles mit den Jahren immer deutlicher vom Gesicht ablesen lässt.

Die Faltenbildung beginnt bereits zwischen dem 21. und 25. Lebensjahr. In jungen Jahren ist die Haut mit den ausreichenden Kollagen- und Elastinfasern stabil, zugfest und elastisch. Im Alter sinkt jedoch die Anzahl der Kollagenfasern und besonders der elastischen Fasern und Blutgefäße. Die Bindegewebszellen der Dermis bilden mit der Zeit immer weniger neues Kollagen und Elastin, das Fettgewebe in der Unterhaut wird dünner und die Haut sozusagen durchsichtiger. Durch den Verlust von Wasser und Hyaluronsäure entsteht zusätzlich ein Elastizitätsverlust. Bei Personen mit dünner Haut und wenig Fett unter der Haut treten Falten eher auf. Bei Menschen mit dickerer und fetthaltiger Haut entstehen Falten meist später. Und dafür gibt es verschiedene genetische und hormonelle Gründe – wie etwa die nachlassende Produktion von Wachstums- und Sexualhormonen.

Wir unterscheiden zwischen der sogenannten physiologischen, chronologischen Hautalterung (intrinsischen Hautalterung), welche auf einer genetischen, hormonellen Veranlagung beruht, und einer exogenen Hautalterung (extrinsischen Hautalterung), welche durch den Lebenswandel und Umwelteinflüsse (UV-Licht, Tabak, Alkohol, Temperatureinwirkung, Ernährungsweise, Stress und Medikamente) entsteht.

Verschiedene Faltentypen sind zu unterscheiden: Mimikfalten (dynamische Falten), welche durch die Mimik in der Gesichtsmuskulatur entstehen. Knitterfältchen, welche durch Wasser- und Volumenverlust hervorgerufen werden, Schwerkraftfalten und Schlaffalten, welche durch die Schlafgewohnheit entstehen. Dabei tritt bei den meisten Menschen eine Mischform auf.

Hautfärbungen, Glanz oder Schatten

geben Auskunft über akute Mangel- oder Krankheitszustände. Ein Kindergesicht teilt seinen Gesundheitszustand nicht über Falten mit. Hautfärbungen sind hier ein hilfreicherer Ansatz. Wenn auch nicht so häufig, können Färbungen natürlich auch das Warnsignal für einen chronischen Zustand sein. Hier gilt unser Augenmerk besonders der Entfärbung, beispielsweise der Lippen, die eine verminderte Funktion der entsprechenden Organe verrät. (Ein Schaubild mit der Zuordnung der einzelnen Organe zu den verschiedenen Gesichtsmerkmalen finden Sie auf Seite 80.)



Besonders bei Neugeborenen spielt die Beurteilung der Hautfärbung eine zentrale Rolle. Zum Beispiel wird beim Apgar-Score mit einem Punktesystem die Vitalität des Neugeborenen bewertet. Bestimmt werden dabei die Herzfrequenz, Atemanstrengung, Reflexauslösbarkeit, Muskeltonus und – ganz wichtig – die Hautfarbe.

In meiner Praxis erschien eines Tages ein junges Mädchen mit Ihrer Mutter. Sie hatte auffallend bläulich verfärbte Lippen und eine ebensolche Zunge, wirkte sonst eher blass und matt

und klagte über deutliche Antriebslosigkeit und anhaltende Müdigkeit. Diese eindeutigen Zeichen einer zentralen Zyanose bestätigten mir, dass sie unter einem angeborenen Herzfehler litt, der durch die anschließende Untersuchung vom Kinderkardiologen bestätigt wurde und operativ behandelt werden konnte.

Schwellungen sind wiederum gesondert zu betrachten. Sie können sowohl akute als auch chronische Verläufe widerspiegeln. Denken wir nur an eine durchweinte Nacht, die uns eine Unterlidschwellung »beschert« hat. Diese verflüchtigt sich beim gesunden Menschen im Laufe des Tages wieder. Und doch kennen wir Schwellungen unter- und oberhalb des Augenlides, auch an weiteren Stellen im Gesicht, die uns nicht so schnell verlassen. In diesem Fall wollen sie dem Gesichtleser Stauungen der jeweiligen Organe (siehe Seite 96) anzeigen. Einige dieser Schwellungen bleiben uns ein Leben lang erhalten.

Gesichtsschwellungen können chronisch sein, aber ebenso akut auftreten. Eines Tages suchte mich eine junge, schlanke Patientin mit der deutlich blassen Haut einer Eisenmangelanämie in meiner Praxis auf. Die üblichen ernährungsinduzierten und medikamentösen Eisentherapien hatten keine Besserung ihrer Blutwerte gezeigt, also legte ich eine Eiseninfusion. Nach etwa zehn Minuten wurde ich von meiner Assistentin gerufen und sah, dass bei der Patientin unter der Infusion eine deutliche Schwellung ihrer Augenoberlider und Lippen aufgetreten war. Zusätzlich klagte Sie über Atemnot und Juckreiz am Körper. Die Patientin litt unter einer akuten allergischen Reaktion und musste nach schneller

Blickdiagnose sofort notfallbedingt therapiert werden. Diese Formen von akuten Schwellungen sind dann Alarmzeichen des Körpers und können bei verschiedenen Allergien auftreten.

Uns sollte bewusst werden, dass Krankheit unser Äußeres maßgeblich verändert. Diese Veränderungen folgen keinem Zufallsprinzip, sondern verändern die Struktur der Haut nach festgelegten, von Menschen seit Jahrtausenden beobachteten, wenn auch nicht ausreichend erforschten Regeln.

Gesichtlesen folgt einfachen Prinzipien, insbesondere wenn es um das Erkennen von Mangelzuständen oder Krankheiten geht. Als Grundlage wird die bestmögliche Konstitution gewählt, von der jede Abweichung eine Information in sich trägt. Was die Gesichtshaut betrifft, so ist diese natürlich von vielerlei Faktoren abhängig und unterliegt auch klimatischen Einflüssen.

Im Grunde kann die feinporige und nahezu faltenfreie (aber mit Nasenlippenfalte versehene) Haut als Ausgangspunkt gewählt werden. Vom Gesundheitsaspekt her ist für die meisten Europäer die nachfolgend beschriebene gesunde Röte vorteilhaft. Zuletzt sollte das Gewebe narbenfrei, nicht zu straff, überspannt oder gegenteilig durchhängend sein, vielmehr weich und zart.

Rotfärbungen

Erröten ist sicherlich die auffälligste Farbveränderung im Gesicht. Das Gesicht einer Person verwandelt sich in blitzartiger Geschwindigkeit in einen »roten Kopf«. Schnell wissen wir, wie sich fühlt. Doch das schamhafte Erröten, die Verlegenheitsröte, ist nur eine aus einer Reihe von Rotfärbungen, die sich im Gesicht zeigen können.

Rötungen im Gesicht lösen ganz unterschiedliche Empfindungen bzw. Assoziationen aus, denn kulturelle und soziale Aspekte und auch die Lebenserfahrung spielen dabei eine Rolle. So kann ein Alkoholiker ebenso ein rotes Gesicht haben wie das kindlich wirkende »Rotbäckchen«.

Rotfärbungen lassen sich, verglichen mit anderen Gesichtsmarkmalen, die gesundheitliche Mängel aufzeigen, relativ leicht erkennen. Die genaue Klassifizierung der Rötung stellt einen Gesichtleser ab und an vor Probleme. Hilfreich ist jedoch die Position der Färbung. Kenntnis über den »Ort« der Färbung erleichtert die Zuordnung ungemein.

Allgemein unterscheiden wir bei den gesundheitlich bedingten Rotfärbungen im Gesicht zwischen der Magnesiumröte, der Ferrumröte, der entzündlichen Röte, der gemischten Röte und der gesunden Röte, die wir als Ausgangspunkt nutzen.

Das Erröten oder der Flush in der Gesichtshaut ist eine faszinierende Hautreaktion als Ausdruck einer emotionalen Reaktion. Das plötzliche Erröten lässt sich durch einen Willensakt kaum

beeinflussen. Dabei spielt das vegetative Nervensystem (Sympathikusaktivierung), welches eine plötzliche Ausdehnung kleiner Blutgefäße (Kapillaren) und somit eine Zunahme des Blutvolumens im Gesicht bewirkt, eine wesentliche Rolle.

Rotfärbung der Haut

Ein wesentliches Merkmal einer akuten viralen oder bakteriellen Erkrankung geht mit einer unspezifischen Rötung der Haut einher. Diese ist meist nach Abklingen der Infektion wieder verschwunden. Auch in Fieberfällen ist bei Patienten häufig ein Flush im Gesicht zu sehen. Dieser kann aber auch bei einigen Nebenwirkungen von Medikamenten oder aber als Manifestation einer allergischen Reaktion auftreten. Generell bei Hitze, Aufregung und auch Wallungen in den Wechseljahren sollte dieser Aspekt nicht außer Acht gelassen werden.

Markante Färbungen im Gesicht verlieren durch Fotografieren leider oft an Deutlichkeit. Die nachfolgenden Fotografien wurden deshalb im Sinne der klaren Merkmalerkennung nachbearbeitet.

Gesunde Röte

Eine gesunde Röte wünschen sich die meisten Menschen. Sie ist weniger flächendeckend, sondern punktuell und sehr fein über das ganze Gesicht verteilt. Der leichte Rotbraunton breitet sich meist jedoch nicht über die Nase und die Stirn aus. Gesunde Röte belebt den Gesichtsausdruck und vermittelt ein attraktives, gesund und erholt wirkendes Äußeres. Eine solche Hautfärbung kann, je nach Hauttyp, nach einem längeren Aufenthalt in der Sonne auftreten.

Leider übertreiben einige Zeitgenossen das Sonnenbaden, und die gesunde Röte geht nahtlos in einen Sonnenbrand über.



Nicht selten treten mehrere Rottöne zusammen auf. In diesem Fall sprechen wir von einer gemischten Röte. Der Gesichtleser muss nun das vorherrschende Rot erkennen, also die Rötung, die den größten Raum einnimmt und am auffälligsten ist.



Magnesiaröte

Die Magnesiaröte wird auch gern als Lampenfiebröte bezeichnet. Kein Wunder, tritt sie doch bei Menschen, die sehr aufgeregt sind – vielleicht wegen einer Rede, eines Auftritts oder einer Prüfung – als hellrote Flecken auf den Wangen in Erscheinung. Das helle Rot wirkt dabei fast ein wenig rosafarben. Wir kennen diese Färbung auch auf den Gesichtern von Kindern nach ausgiebigem Toben und von Sportlern bei großer Anstrengung. Die Energie der Betroffenen lässt ab einem gewissen Zeitpunkt aufgrund eines deutlich einsetzenden Magnesiummangels spürbar nach.

Sind wir uns bei der Beurteilung der Rotfärbung nicht sicher, so hilft ein Blick auf weitere mögliche Zeichen für diesen Magnesiummangel. So können auch der Wunsch nach Süßem, Krämpfe bei Aktivitäten, Wadenkrämpfe in der Nacht, Kopfschmerz, Migräne, Schlafstörungen oder Lidzucken entsprechende Hinweise sein.

Ferrumröte

Die Ferrumröte trägt den Beinamen »hitzige Röte«, der viel über ihre Eigenschaften verrät. Sie tritt oft nach körperlichen Anstrengungen oder nach Kälteeinwirkung auf. In diesen Fällen verflüchtigt sich die Röte aber rasch. Bei Fieber ist sie dagegen lange anhaltend. Sie beginnt, sich auf der Stirn oder den Ohren auszubreiten. Letztere heben sich, einmal rötlich gefärbt, deutlich vom helleren Teint der Gesichtshaut ab. Mit zunehmender Dauer der Erkrankung erröten die Wangen ebenfalls. Sie »brennen« dann geradezu. Dies stellt ein Abgrenzungsmerkmal zur Magnesaröte dar, bei der kein deutlicher Temperaturunterschied zum gesunden Körper spürbar ist. Bei der Ferrumröte mangelt es – wie schon der Name andeutet – den Betroffenen allgemein an Eisen. Ein weiteres Kennzeichen sind auch dunkle Linien unter den Augenlidern.



Gibt es bei der Festlegung der Färbung Unklarheiten, lohnt sich das Abklären folgender Punkte: Leidet der Betroffene unter Erschöpfung, Antriebslosigkeit oder allgemeiner Müdigkeit? Fällt das Aufstehen schwer oder ist er gar ein Morgenmuffel?

Sind Durchfall oder Verstopfung Störfaktoren in der Verdauung? Das alles sind eher Hinweise auf einen Eisenmangel, der auch durch die Ferrumröte angezeigt wird.



Entzündliche Röte

Die entzündliche Röte zeigt sich vorzugsweise auf der Nase. Sie erscheint zunächst an der Nasenspitze und kann sich bis über den gesamten Nasensattel ziehen. Die Färbung reicht nicht tief in die Haut hinein, sondern ist eher oberflächlich. Im Extremfall sind punktuelle, leicht bläuliche Verfärbungen möglich, die sich auch auf den Wangen zeigen können. Die entzündliche Röte kennzeichnet auch »Säufernasen« oder »Frostnasen«. Sie kann aber auch darauf hinweisen, dass

der Stoffwechsel eines Menschen vermindert ist.

Ist die Rötung nur auf der Nasenspitze zu sehen, konzentriert sich die gesundheitliche Störung auf den Magen. Dann fehlt Natrium.

Die entzündliche Röte geht oft einher mit ständigem Frösteln, Frieren im Bett, einer schnellen Reizbarkeit, aber auch gegenteilig mit allgemeiner Gleichgültigkeit.

WER IN EINEM GESICHT »LESEN« KANN, DER VERSTEHT SEINEN MITMENSCHEN BESSER.

Mehr noch:

Er kann darin sogar Hinweise auf etwaige
Mangelzustände oder Krankheiten entdecken.

Dieses einzigartige Praxisbuch verbindet die Erkenntnisse traditioneller Antlitzdiagnostik mit denen der modernen klassischen Medizin. Die beiden Autoren erklären zahlreiche Merkmale im Gesicht, die bestimmte körperliche Beschwerden und Missstände aufzeigen können. Eine wahre Fundgrube – auch dank eindrücklicher Farbfotos – für Laien und Therapeuten!



Der erfahrene Gesichtleser **Eric Standop**, Gründer der Face Reading Academy in Hongkong, berät und betreut Menschen auf der ganzen Welt. In seinem ganzheitlichen Ansatz verbindet er Antlitzdiagnostik, Physiognomik, Mimiklehre und das chinesische Siang Mien.



Dr. med. Philipp Katumba ist Facharzt für Allgemeine Innere Medizin und Chefarzt des »SIHLMED Zentrums für Integrierte Medizin«. Er bringt bei seiner Arbeit die modernen schulmedizinischen Erkenntnisse mit den Erfahrungen der Naturheilkunde zusammen.

ISBN 978-3-8434-1113-4



9 783843 411134

€ 17,95 (D) / € 18,50 (A)