

Die Haut hat viele Aufgaben!

Die Haut schützt dich vor der Sonne.

Wenn die Sonne auf deine Haut scheint, wirst du braun. Dafür sind kleine Farbteilchen in deiner Haut verantwortlich, die die Sonnenstrahlen abfangen.

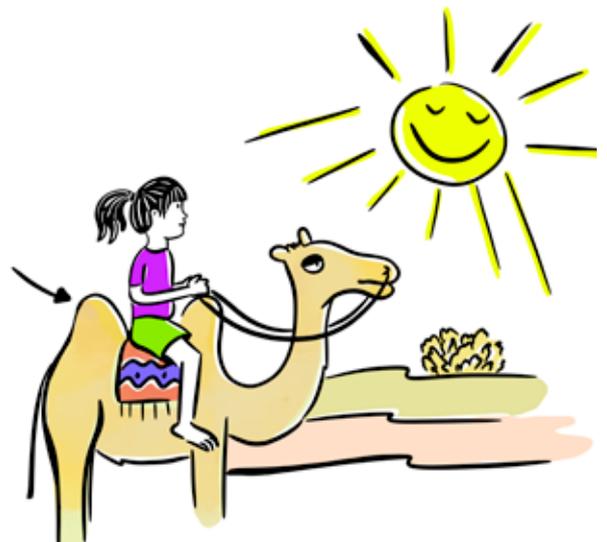


Die Haut schützt dich vor Verletzungen.

Auf den Füßen hast du eine besonders dicke Haut: die Hornhaut. Diese Hornhaut ist die äußerste Schicht der Haut. Sie schützt dich vor Verletzungen.

Die Haut schützt dich vor dem Austrocknen.

Nicht nur in den Höckern des Kamels, auch im Menschen ist sehr viel Wasser. Das braucht dein Körper, um zu funktionieren. Die Haut sorgt dafür, dass du nicht zu viel Wasser verlierst.



Die Haut schützt dich vor der Hitze.

Wenn dir sehr heiß ist, fängst du an zu schwitzen. Der Schweiß kühlt deine Hautoberfläche ab., dir wird kühler.



Die Haut schützt dich vor der Kälte.

Wenn dir sehr kalt ist, bekommst du eine Gänsehaut. Mit der Gänsehaut zeigt deine Haut, dass dir kalt ist.

Mit der Haut kannst du spüren.

Mit Hilfe der Sinneszellen in deiner Haut spürst du jede Berührung.



Wenn die Haut dich nicht mehr schützen kann ...

Sonnenbrand

Wenn du zu lange in der Sonne bleibst, wird deine Haut rot und tut weh.



Verletzungen

Die Hornschicht ist dick, aber sie macht dich nicht unverwundbar!

Rissige und trockene Haut

Manchmal wird die Haut trocken und rissig. Zum Beispiel in stark geheizten Räumen oder wenn es sehr kalt ist.



Hitze

Wenn du sehr heiße Sachen berührst, bekommst du eine Brandblase.



Kälte

Vor großer Kälte kann dich die Haut allein nicht schützen. Du bekommst Erfrierungen.

So kannst du deiner Haut helfen!

Sonnencreme – dein Schutz vor der Sonne

Wenn du dich gründlich mit Sonnencreme einreibst, schützt du deine Haut vor einem schmerzenden Sonnenbrand.



Gute Ausrüstung – dein Schutz vor Verletzungen

Schon wenn du nur ein einziges Kleidungsstück über der Haut trägst, bist du besser vor Verletzungen geschützt; erst recht in dieser Ausrüstung!

Hautcreme – dein Schutz vor trockener, rissiger Haut

Trockener und rissiger Haut tut es sehr gut, wenn du sie mit Hautcreme einreibst. So wird sie mit zusätzlicher Feuchtigkeit versorgt. Das macht sie wieder weich und geschmeidig.



Flüssigkeit – dein Schutz vor Hitze und Austrocknung

Wenn dir heiß ist und du schwitzt, musst du viel trinken, damit du nicht austrocknest.

Am besten eignen sich Wasser und ungesüßter Tee.



Kleidung und Bewegung – dein Schutz vor Kälte

Wenn dir kalt ist, musst du dich warm anziehen und Bewegung machen.

Die Haut hat viele Aufgaben!

Erkläre bei jedem Bild in einfachen Sätzen, wovor dich die Haut schützt.

.....
.....
.....
.....
.....



.....
.....
.....
.....
.....



.....
.....
.....
.....
.....



.....

.....

.....

.....

.....

.....



.....

.....

.....

.....

.....

.....



.....

.....

.....

.....

.....

.....



