

Inhalt

Das Buch	V
Der Autor	VI
Vorwort	VII
1 Einleitung	1
2 Ein schönes Gesicht und ein Einblick in die Seele	3
Gesichtsmerkmale und Charakter	4
Spiegel der Seele	6
Nachhilfe für das Gesicht	7
Mein Gesicht oder Ihr Gesicht: Entstehung, Anatomie und Entwicklung	8
3 Erste Vorbemerkung: Zur Evolution	9
Was erklärt die Evolution?	9
Die Geschichte vom nackten Affenbaby	13
Geschichte als Erklärung für die Entwicklung der Körperform	14
Warum Eisen rostet und warum wir so aussehen, wie wir aussehen	15
4 Zweite Vorbemerkung: Über den Zweck	18
Es hat alles seinen Zweck?	18
Wärmende Haare	19
Der Schädel als Helm	20
Die unpraktische Kieferhöhle	20
Schall leitende Ohrmuscheln	21
Schützende Augenlider	22
Der multifunktionale Mund	22
Der Zweck der Zähne	24
Was einen Zweck hat, nehmen wir. Was zwecklos ist, kommt weg	26
Organe ohne Zweck	28

5	Mein Gesicht im Spiegel abgetastet	30
6	Ein menschliches Gesicht entsteht	34
	Ganz kurz	34
7	Das Wachstum des Gesichts	35
	Gesichtswachstum und Pubertät	37
	An welchen Stellen wächst das Gesicht?	38
	Gesichtswachstum beim Erwachsenen	42
8	Die Haut	44
	Durch die Haut hindurch	44
	Hautregionen im Gesicht	45
	Hautschichten, Poren und Pickel	47
	Furchen und Falten	51
	Hautfarbe, Sommersprossen, Leberflecken und Altersflecken	53
	Warzen	55
	Die alternde Haut	56
9	Die Haare	58
	Warum haben wir Haare?	58
	Die Struktur der Haare	59
	Der Haarfollikel	60
	Flaumhaare und Barthaare	63
	Depilation und Epilation	64
	Haare im Alter	65
	Haarausfall	66
10	Die mimische Muskulatur, einige Kaumuskeln und das Fett	70
	Die Stirn	71
	Die Augen	72
	Die Wangen	72

Die Nase	73
Mund und Kinn	74
11 Der Schädel mit Unterkiefer	76
Der Hirnschädel	76
Der Gesichtsschädel	79
Die Nasennebenhöhlen	80
Der Unterkiefer	81
Die Knochennähte	81
Männlich und weiblich	82
Schillers Schädel	82
12 Die Augen	84
Die Augenlider	85
Die Bindehaut	86
Pupille, Glaskörper, Iris und Hornhaut	88
Die Netzhaut	90
Das Augenweiß (Sklera)	91
Die Entwicklung des Auges	91
Die äußeren Augenmuskeln	93
Die Ausdruckskraft der Augen	93
Was sind nun die „Tränensäcke“?	94
Die Tränen	96
13 Die Nase und die Nasennebenhöhlen	98
Die äußere Nase	98
Die innere Nase, die Nasenhaupthöhle	101
Die Nasennebenhöhlen	103
Warum haben wir die Nasennebenhöhlen und eine Kieferhöhle?	105
14 Die Ohren	112
Die Schallfänger	112
Die Frage, ob Sie mit den Ohren wackeln können	115
15 Die Mundschleimhaut	118
Der Rachen	118

Die Zunge	120
Die Wangenschleimhaut	123
Der Gaumen	124
Der Mundvorhof	124
Das Zahnfleisch	125
Die Lippen	126
 16 Zähne und Gebissentwicklung	 128
Ohne Zähne?	129
Die Entstehung der Zähne	131
Der Zahnschmelz	133
Fluorid für den Zahnschmelz	135
Die Pulpa	136
Das Dentin	137
Zahnschmerzen – theoretisch	138
Zahnwurzeln, Zement und Haltefasern	139
Gebissentwicklung und Knirschen im Milchgebiss	140
Daumenlutschen, Lippe und Zunge	143
Kieferwachstum, Pubertät und Zahnstellung	143
Bisshebung	144
Die einzelnen Zahnformen	145
Weibliche und männliche Zähne?	146
Junge Zähne, alte Zähne und Bleaching	147
 17 Der Zahnhalteapparat	 150
Feine Fasern und diffizile Hydraulik – die Aufhängung der Zähne im Knochenfach	151
Die Abdichtung am Zahnfleischkragen	154
Gingivitis und Parodontitis	156
 18 Bakterien, Viren und Pilze im Mund	 158
Bakterien	158
Viren	159
Pilze	160
Sie waren vor uns da	161
Der Biofilm	162

19	Der Speichel	164
20	Faulende Zähne, Plaque, Zahnstein und Zahnfleischschwund	168
	Mikroorganismen mit Zerstörungspotential	169
	Prophylaxemaßnahmen	171
	Wenn die Mutter ihr Baby knuddelt...	171
	Zahnstein	172
	Parodontitis	173
	Meine Deutung des Märchens vom Froschkönig	174
21	Stabilität im Kauorgan – stete Veränderung	176
	Schaukelnde Zähne	177
	Stramme Lippen, starke Zunge, mühelose Nasenatmung	179
	Schnuller, Daumen und Berufsmusiker	180
	Größere Kiefer und mehr Stabilität in der Steinzeit?	182
	Zahnstellung sichern – lebenslang!	182
22	Zähne und Gebiss ein Leben lang erhalten	184
	Eigene Zähne oder „dritte“ Zähne	185
	Die Bedeutung der Zähne für das Gesicht	187
23	Kiefergelenk und Zähne, Bruxismus und Neuroplastizität	189
	Das Kiefergelenk als Anlagerungsgelenk	189
	Die Anatomie des Kiefergelenks	191
	Das Zusammenspiel der Zähne und der Kiefergelenke	194
	Bruxismus – stressige Lebensumstände und das Kauorgan	195
	Wohin mit dem Unterkiefer?	198
24	Die Bedeutung des Mundes für das Gesicht	199
	Der Mund ist der Größte	200
	Input	202
	Output	204
	Der Mund als dritte Hand	205
	Der Mund als Kommunikationsmittel Nummer 1	206
	Der erste Eindruck stimmt – oder nicht	207

25	Altersveränderungen des Gesichts	209
	Haut, Licht, Fett und Falten	209
	Schwerkraft und Muskeln	210
	Stirn, Schläfen, Augen und die Wangen	211
	Ohren und Nase	211
	Mund und Zähne	212
26	Die gesellschaftliche Bedeutung des Gesichts	215
	Der erste Eindruck	215
	Der Druck des Mainstreams	217
	Haarausfall in Würde und Zahnverlust ohne Ruhm	219
	Betrug mit dem Gesicht	220
	Der Arzt	221
	Das Gesicht annehmen und es gestalten	222
Exkurs:	Ein menschliches Gesicht entsteht und wächst	224
	Die drei Schichten des Embryos und wo ist der Kopf?	224
	Steuerungsmoleküle und was machen die Gene?	227
	Die Entstehung des Gesichts – von außen gesehen	230
	Die Entstehung des Mundes	232
	Die Nasenlöcher	233
	Die Nerven	234
	Das Knorpelskelett und die Aufrichtung des Kopfes	236
	Gaumenbildung, Nasenhöhle und Nase	238
	Die Entstehung der Augen	242
	Die Entstehung der Ohren	243
	Die Bildung der Gesichtsknochen	243
	Die Entstehung der Muskeln im Gesicht	245
	Die Entstehung der Blutgefäße	248
	Die Entwicklung der Speicheldrüsen	249
	Die Entwicklung des Kiefergelenks	251
	Der Entwicklungszustand bei der Geburt	251
	Danksagung	253
	Literatur	254