

# Einiges über Schönheitspflege.

Von

**Dr. Leopold Freund,**

Privatdozent an der k. k. Universität Wien.

---

Vortrag, gehalten den 27. November 1907.



Nicht die Lust schön zu sein, sondern der Wunsch zu gefallen ist dem Menschen, besonders dem weiblichen Geschlechte, angeboren. Es ist eine in allen Zeiten bekannte Tatsache, daß Frauen, deren Züge in bezug auf Regelmäßigkeit durchaus nicht einem Schönheitsideale entsprechen, durch gewisse körperliche Vorzüge, die ihrer unschönen oder zum mindesten unauffälligen Erscheinung Reiz und Ansehen verleihen, auffallen und oft manche vollendete Schönheit verdunkeln. Zumeist gefällt allerdings das Schöne, bloß deshalb wünschen die Frauen schön zu sein, wünschen die Macht ihrer Reize der Männerwelt zuliebe, den teuren Geschlechtsgenossinnen zum Trotze auszuüben. Bekanntlich kann aber nicht jeder schön sein. Wie oft macht sich die Natur nicht schon bei der Anlage und Bildung regelmäßiger Gesichtszüge unverzeihlicher Verstöße schuldig! Selbst wenn die Anlage gut und tadellos war, wie oft erscheint die vollendetste Schönheit durch wenig oder viele, kleine oder große Fehler, Entstellungen und Mängel beeinträchtigt! Und diese zeigen sich dazu noch gewöhnlich zur ungelegensten Zeit, vor einem Balle, vor der Verlobung und anderen wichtigen Anlässen. Solche Schönheitsfehler schaden den edlen Herren der Schöpfung gar nichts; sie sind oft in der an-

genehmen Lage, derartige Mängel mit dem wohltätigen Mantel eines wehenden Schnauz- oder Vollbartes zu verdecken. Das „schöne“ Geschlecht darf aber seinem Namen nicht untreu werden. Krampfhaft sucht es seine Reize wieder herzustellen ja sich zu den alten noch neue Reize zu verleihen. Dieser Wunsch hat der guten alten Medizin auch die Kosmetik abgerungen, die Schönheitspflege, jenen Zweig des Heilverfahrens, welchem unsere liebenswürdigen jungen und „noch“ jungen Klientinnen das größte Vertrauen entgegen bringen.

Zunächst was ist Schönheit? Schönheit ist an sich nichts Objektives, ist nicht ein Etwas, das durch eine bestimmte Form oder einen bestimmten Ausdruck definiert wird, das für alle Zeiten und alle Orte nach feststehenden unabänderlichen Regeln als solche gilt. Vielmehr entsteht der Begriff der Schönheit erst durch gewisse Vorgänge und künstlerische Empfindungen im Innern des Betrachtenden, welche nach der verschiedenen Individualität, Anlage und Ausbildung der letzteren an verschiedenen Orten und zu verschiedenen Zeiten auch verschiedene Qualitäten annehmen müssen. Die Begriffe, welche der Wilde, der Malaie, der Neger von der Frauenschönheit haben, stimmen nicht mit jenen des Indiers überein. Das Schönheitsideal des Eskimos, des Chinesen läßt uns Europäer kalt, ja erfüllt uns mit Abscheu oder Widerwillen. Aber auch in unseren Gegenden hat der Schönheitsbegriff im Laufe der Zeiten viele Wandlungen durchgemacht. Ein flüchtiger Durchblick der künstlerischen Darstellungen von profanen und heiligen Schönheiten

aus verschiedenen Kunstperioden, welche, da ja der Künstler stets in engster Fühlung mit dem Zeitgeschmack bleibt, wichtige Quellen für die Auffassung der Frauenschönheit in verschiedenen Epochen bilden, zeigt uns dies in eklatanter Weise. Das von der Malerei und Skulptur verkörperte Schönheitsideal der Antike, welches den Typus geistiger und körperlicher fehlerfreier Gesundheit als Muster aufstellt, die guten wohlproportionierten Köpfe, das schöne Oval des Gesichtes, die hohe, im Profil gerade Stirne mit dem richtigen Haaransatz, die längliche geradlinige oder leicht gebogene Nase, die winkelige Nasenspitze, die edle Körperform und richtige Proportion in den Dimensionen der Glieder, welche auch später für die Renaissance maßgebend waren, sehen wir in den Bildwerken des frühen Mittelalters durchaus nicht anerkannt. In dieser Epoche wurde die Weltabtötung, die Askese, die Zerstörung jeglichen weltlichen Reizes am meisten bewertet und am nächsten kamen diesem Ideale die kümmerlichen überschlanken, vom Fasten geschwächten zarten Gestalten, welche die Künstler jener Zeit darstellten. Daß die Damen jener Epoche demjenigen, was von den Zeitgenossen bewundert wurde, zustrebten, ist wohl sicher anzunehmen. Die Mode hat sich bekanntlich niemals darum gekümmert, ob das, was sie verlangt und vorschreibt, von höheren Schönheitsgesetzen regiert wird. Jene Damen suchten ihr Äußeres dem Modeideale ihrer Zeit ebenso anzupassen wie die Frauen des mittleren Quattrocento, die nur dann Bewunderung erregten, wenn ihnen die Haare über der Stirne, die Augenbrauen und

Wimpern fehlten, oder die Frauen Tizians, die keiner körperlichen Pein auswichen, nur um ihrem Haare durch überlange Sonnenbestrahlung die goldblonde Modefarbe zu erteilen. Wir sehen das sinnlichvolle Schönheitsideal Rubens' von der derben, grobgliederigen Frau Holbeins, diese hinwiederum von den tändelnden, zierlichen Figürchen Watteaus abgelöst, den antikisierenden Frauenidealen von Thorwaldsen folgen nach Perioden unbestimmter Schwankungen wieder die zierlich-sensiblen, nervös-romantischen, hektisch schwindsüchtigen Schönheitsideale, welche, wie schon seinerzeit von Boticelli, heutzutage von Burnet-Johnes und unseren modernen Romantikern aufgestellt wurden. Alle diese von der Kunst verewigten Schönheitstypen waren Vorbilder, welchen die Frauen ihrer Zeit in ihrem Äußeren möglichst nahe kommen wollten, um ihrer Mitwelt zu gefallen.

Die Eitelkeit und der Wunsch, sich selbst Reize zu verleihen, ließen die Frauen seit jeher nach Mitteln greifen, welche ihnen nicht nur vorübergehendes Unbehagen, sondern oft dauernde Schäden, schwere Beeinträchtigungen ihrer Gesundheit zufügten. Wenn wir den Chinesinnen verargen, daß sie ihre Füße aus Eitelkeit verkrüppeln, den Negern, daß sie ihre Nasen und Lippen in der scheußlichsten Weise verstümmeln, so dürfen wir nicht übersehen, daß unsere Modedamen mit den Schnürleibern ihre inneren Organe in der unglaublichsten Weise malträtierten, daß viele ihren Augen durch Einnehmen von Tollkirschensaft einen schmach tenden oder seelischen Ausdruck geben, oder ihren Haaren mit giftigen Metall-

salzen jugendliche Farben verleihen. Solche Torheiten zu fördern ist selbstverständlich nicht der Zweck einer wissenschaftlichen Schönheitspflege. Ebenso wenig können wir jene krankhaften Schönheiten, bei welchen besondere duftige Reize, eine außerordentliche Harmonie der Formen, der zarte, reine Farbenton der Haut, der schmachtende Ausdruck der feuchten, glänzenden, seelenvollen Augen und das ätherische, durchgeistigte Aussehen nur zu oft die inneren Verwüstungen des Tuberkelbazillus verdecken, als Schönheitsideal anerkennen. Das Streben einer ernstgemeinten Kosmetik ist darauf gerichtet, die Schönheit der Gesundheit zu fördern, zu erhalten und zu kräftigen, krankhafte Mängel, welche die Schönheit der äußeren Erscheinung beeinträchtigen, zu beseitigen und die körperliche Schönheit im Kampfe gegen das Alter zu unterstützen, sie sucht den Körper gegen die Unbilden des herannahenden Alters widerstandsfähig zu machen. Wir sehen demnach, daß die Kosmetik nicht bloß, wie gemeinhin angenommen wird, bloß die Aufgabe hat, vorhandene Schönheitsfehler zu beseitigen, sondern daß der größte Teil ihrer Agenden in einer prophylaktischen Tätigkeit zu suchen ist.

Das Publikum ist aber anderer Ansicht; es verlangt von der Kosmetik hauptsächlich, daß sie dort, wo vorbeugende Maßregeln früher versäumt wurden und sich bereits Defekte zeigen, dieselben durch geeignete Mittel beseitige. Die Kosmetik soll nach seinem Wunsche noch weiter dahin wirken, daß neben der Erhaltung und Förderung der körperlichen Schönheit auch ein gewisses

verfeinertes Behagen bereitet, daß durch Wohlgerüche, wie Husemann sagt, der eigene und fremde Geruchsnerf in günstige Stimmung versetzt werde. Dieser Teil der Kosmetik hat eine alte Geschichte. Wir wissen aus den Schriften der Klassiker Roms und Griechenlands, daß das Raffinement, mit welchem die Modedamen des Altertums ihren Leib verschönerten und verfeinerten, demjenigen unserer Mondaines durchaus nicht nachstand. Wir erfahren zu unserem Erstaunen, daß den Gemahlinnen der Perserkönige die Einkünfte großer reicher Städte gerade hinreichten, um den Bedarf an Salben und Ölen zu decken. Die Schriftsteller der römischen Kaiserzeit, Kriton, Plinius u. a., zählen die Rezepte zu unzähligen Haarölen, Schminksalben, Haarfärbemitteln, Seifen u. dgl. auf, deren Ingredienzien oft aus den sonderbarsten Materialien, z. B. Krokodilmist, aus der schweißigen, schmutzigen Wolle gewisser Alpenschafe etc. bestehend, in der mühseligsten und kostspieligsten Weise beschafft wurden. Es ist, wie Sie sehen, alles schon dagewesen, auch die Tatsache, daß sich die Modedamen und Gigerl der Antike die größten Unannehmlichkeiten auferlegten, daß sie ihre Gesichter allnächtlich mit Teigmasken aus Brotkrume mit Eselsmilch bedeckten, um einen schönen Teint zu bekommen; wir lesen, daß die Manikure und Pedikure im alten Rom in gewissen Kreisen keine minderwichtige Rolle spielte als heutzutage. Wir hören, daß die Kunst, gewisse schmerzlich empfundene Fehlgriffe der Natur, Defekte des Körpers mit künstlichen Gebilden zu verdecken, auch im Altertum hoch entwickelt war, daß

beispielsweise der künstliche Zahnersatz, die Goldgebisse etc. vielfach hergestellt wurden. Es ließe sich hierüber, über die Kosmetik im Mittelalter, in der Renaissance und über die volkstümliche Schönheitspflege der neueren und neuesten Zeit sehr viel sagen. Doch dies ist nicht der Zweck meiner heutigen Auseinandersetzung. Ich beabsichtige nicht, Ihnen eine Anzahl von Rezepten zu sogenannten Schönheitsmitteln, Schönheitswässern, Schönheitsseifen, Schönheitssalben anzugeben. Solche Dinge, welche der Inseratenteil der Zeitungen in der aufdringlichsten Weise zum Glätten und Färben der Haut kranker, verblühter, abgelebter und unmäßiger Menschen empfiehlt, mit welchen angeblich ein jedes Scheusal in einen Adonis verwandelt wird, gehören nicht in den Bereich ernster Besprechungen. Die wissenschaftliche Kosmetik fordert natürliche Quellen der Schönheit, sie kann nur die Schönheit der Gesundheit anerkennen. Was sie in diesem Sinne für die Schönheit tun kann, möchte ich Ihnen heute kurz darstellen, ich möchte zeigen, in welcher Weise Ärzte und Hygieniker ihre Kunst und besonders physikalische Naturkräfte in den Dienst der Anmut und Schönheit gestellt haben.

Eine der Hauptsorgen der Damenwelt dreht sich um die Frage: Wie bekomme, beziehungsweise behalte ich einen schönen, reinen Teint? Der Teint ist das summarische Resultat des Normalzustandes der verschiedenen zartgebildeten Organe, welche die äußere Haut darstellen und durch ihr gegenseitiges richtiges Verhalten und Zusammenwirken dem unbewaffneten Auge

den Eindruck der Reinlichkeit, Frische, Geruchlosigkeit, Weiße, Weichheit, Glätte und Transparenz, Lebens- und Gesundheitsfarbe, Reinheit von Flecken, Wucherungen, Haaren und Ausschlägen darbieten, welche man zusammen schön nennt. Hiezu wirken demnach alle Organsysteme der Haut und des Unterhautzellgewebes zusammen. Die Haut des Menschen, welche ich Ihnen hier im mikroskopischen Durchschnitte zeige, besteht aus der eigentlichen, fasergewebigen Lederhaut und der sie bedeckenden, sich immer neu regenerierenden Oberhaut (Epidermis). Die Oberhaut besteht aus kleinen Zellen, die in der unteren Schichte weich und durchsichtig sind, an der Oberfläche aber zu Schüppchen eintrocknen und unmerklich abblättern. Im normalen Zustande ist die Haut glatt, weich und geschmeidig. Ihre Farbe ist an Stellen, welche für gewöhnlich dem Lichte nicht ausgesetzt sind, gleichmäßig blaß, fast weiß, an den dem Lichte exponierten Stellen mehr fleischfarben bis rosa, bei brünetten Personen mehr ins Bräunlichgelbe spielend. Für die Farbe der Haut ist im hohen Grade maßgebend der Gehalt ihrer Blut- und Lymphgefäße, welche zwei Geflechte, ein oberes und ein tiefes, bilden. Eine gesunde Haut ist im allgemeinen geruchlos, nur die zarte Haut der Kinder besitzt in den ersten Lebensjahren einen angenehmen zarten Geruch. Bis auf die Handteller und Fußsohlen ist die ganze Haut des erwachsenen Menschen behaart. Daß dies der Normalzustand ist, sollten jene nervösen Damen beherzigen, welche sich darüber zu Tode unglücklich fühlen, daß sie bei Profilbetrachtung ihrer Gesichtshaut auf derselben

einen Flaum vorfinden. Vollständige Kahlheit der Haut ist ein krankhafter häßlicher Zustand, sie ist abnormal gerade so wie ein ganz glatter Pfirsich, dem der zarte Flaum fehlt, unnatürlich und nicht schön ist. Der Haut eigentümlich ist eine gewisse minimale Feuchtigkeit und Fettigkeit und infolge derselben ein gewisser Glanz. Feuchtigkeit und Fett rühren aus den Absonderungen der Talgdrüsen, einer anfangs flüssigen, allmählich aber erstarrenden farblosen oder weißen Masse, her. Außer dem Talg sezerniert die Haut auch noch den Schweiß, diesen jedoch nicht so gleichmäßig über die Hautfläche verteilt wie den Talg; die Hauptschweißzentren sind die Flachhand, Fußsohlen, Stirne und Achselhöhle. Der Schweiß ist eine wässrige, meist alkalisch reagierende Flüssigkeit; unter gewissen Verhältnissen enthält er aber auch Fettsäuren, vorwiegend Butyl- und Kaprylsäure und reagiert dann sauer. Haare, Talg- und Schweißdrüsen sind mehr minder tief in die Lederhaut und in das Unterhautzellgewebe versenkte Gebilde. So wie das Haar, an welchem wir einen Schaft und eine Wurzel, die sogenannte Zwiebel unterscheiden, aus Elementen der Epidermis oder Oberhaut besteht, so ist auch der Nagel ein epidermoidales Anhangsgebilde, seine Hornplatte besteht aus Elementen der Oberhaut. Die Talgdrüsen, traubenartige Gebilde, münden mit ihrem Ausführungsgange in der sogenannten Haartasche, in welcher das Haar steckt, und ihre Absonderung, der Talg, hat infolgedessen zuerst die Aufgabe, das Haar einzufetten. Die Schweißdrüsen sind schlauchförmige, zu Knäueln geballte Gebilde, deren Aus-

führungsgang in Trichterform an der Hautoberfläche mündet. Das feine Zellgewebsnetz unter der Lederhaut besteht aus dem Hautfettgewebe, welches zusammen mit dem Inhalte der Lymphhöhlräume zwischen den Fasern der Lederhaut den Teint klar, die Haut voll, elastisch und glatt macht. Die Funktion der Haut hat für die Gesundheit des Organismus, besonders für den Stoffwechsel große Bedeutung; sie dient als Schutz-, Tast-, Absonderungs- und Wärmeregulierungsorgan. Ein Aufhören der Hautfunktionen kann zu schweren Schädigungen der Gesundheit, die Funktionsuntüchtigkeit eines Drittels des ganzen Organes sogar den Tod herbeiführen.

Abnormitäten des Teints, als da sind: Verfärbungen der Haut von unrichtiger Blutverteilung in derselben herührend, übermäßige oder zu geringe Absonderung der Hautdrüsen sowie deren zahlreiche Folgezustände, übelriechende Schweiß, Abschuppungen der Oberhaut, Veränderungen der Hautfarbe, Furchen, Runzeln und Wucherungen, gedunsene und geschwollene Beschaffenheit der Haut, Verunstaltung durch Kratzeffekte, Ausschläge u. dgl. rühren immer von Störungen der normalen Lebensäußerung eines der verschiedenen den Teint ausmachenden Faktoren her, können oft als Symptom einer inneren Krankheit einen Fingerzeig zum Erkennen der Grundursache bieten.

Jeden schlechten Teint müssen wir als eine Krankheit eines oder mehrerer Bestandteile der Haut oder als den Reflex einer Störung innerer Organe und allgemeiner Funktionen betrachten und demnach als Leiden behandeln.

Ein solches Leiden kann, wenn seine oft geringfügige Ursache erkannt wird, meist sehr leicht beseitigt werden. Immerhin ist aber die Feststellung der anatomischen oder funktionellen Ursache dieser Abnormität von Wichtigkeit und hängen die Chancen der Beseitigung des Teintfehlers weit mehr von der Richtigkeit der Diagnose ab als von der Zahl und dem Preise der meist ziel- und planlos angewendeten Teintmittel, Waschwässer, Pomaden und Pulver.

Daß die körperliche Schönheit, d. h. die Summe aller jener körperlichen Qualitäten, welche beim Beschauer den Eindruck des Wohlgefallens hervorrufen, nicht bloß von einer bestimmten Beschaffenheit der Körperoberfläche, sondern auch von dem Zustande der inneren Organe in hohem Grade beeinflußt wird, ist bekannt; es ist ohne weiteres einleuchtend, daß das häßliche gedunsene Aussehen eines Wassersüchtigen nicht bloß mit einer Veränderung der Haut, sondern mit inneren Ursachen zusammenhängen muß. Wenn jemand an Schweißhänden leidet und bemerkt, daß der Schweißausbruch in Augenblicken der Angst, der Erregung stärker wird, so wird er selbst die Ursache seines Leidens nicht in die Haut allein, sondern auch in gewisse Zustände seines Nervensystems verlegen. Wenn irgendeine junge Dame, deren Teint sonst allgemeine Bewunderung erregt, jedesmal nach dem Genusse von Erdbeeren oder Hummersalat von dem Auftreten eines heftig juckenden Ausschlages erschreckt und gepeinigt wird, so wird sie auch, ohne selbst besondere diagnostische Fähigkeiten oder Vorliebe für medizinische Forschungen zu besitzen, an einen Zusammenhang ihrer Hautfunktion

mit der Funktion ihres Magens und Darmes denken. Solcher Beispiele ließe sich noch eine Menge anführen. Pflicht und Aufgabe des Arztes ist nicht nur Krankheiten zu erkennen und zu heilen, sondern auch solche zu verhüten. In diesem Sinne müssen wir zunächst erwähnen, was einen guten Teint und alle anderen körperlichen Eigentümlichkeiten, welche man als Attribute einer tadellosen gesunden Schönheit zu betrachten gewohnt ist, zu konservieren, was ihre Gewebe und Funktionen zu stören vermag und was vermieden werden muß, damit solches nicht geschehe.

Zur Erhaltung der Schönheit gehört neben der Erhaltung der allgemeinen Gesundheit vor allen Dingen die Vermeidung von Verdauungsstörungen und eine künstlich herbeigeführte Verminderung der Empfänglichkeit der Haut für Funktionsstörungen; dies kann durch Abhärtung bewirkt werden.

Unter Abhärtung versteht man die Gewöhnung des Körpers an äußere Einflüsse (Temperatur- und Klimawechsel, Anstrengungen und Entbehrungen), vermöge welcher er eindringenden Schädlichkeiten viel leichter Widerstand leisten kann als der verweichlichte. Die Abhärtung des Körpers bringt aber auch eine Kräftigung des Nerven- und Seelenlebens mit sich, was in unserer Zeit, die so hohe Ansprüche an die Nervenkräfte jedes einzelnen stellt, nicht gering zu schätzen ist. Die Abhärtung des Körpers ist im wesentlichen Abhärtung der äußeren Haut, die die Temperaturunterschiede etc. den inneren Organen vermittelt. Es handelt sich nun darum,

die Haut elastisch, blutreich, aufnahmefähig und gegen Kälte, Wind und Wetter widerstandsfähig zu machen. In erster Linie gehören dazu Waschungen und Bäder. Abhärten kann man jeden, selbst den verweichlichsten Menschen, abhärten kann man auch jede Altersstufe, nur muß dies mit Vernunft und Maß und nach bestimmten Grundsätzen geschehen. Es ist selbstverständlich, daß ein gesunder Mensch jederzeit mit einer Abhärtungskur ohne Schaden beginnen kann, dagegen muß man bei schwächlichen Individuen, bei bleichsüchtigen, nervösen und kränkelnden Menschen vorsichtig mit solchen Maßregeln umgehen. Man kann kein neugeborenes Kind ebensowenig wie einen alten Mann in kaltes Wasser tauchen, ohne vorher Zwischenstufen der Temperatur gewählt und dieselben ganz allmählich mehr und mehr herabgesetzt zu haben. Man soll z. B. Neugeborene im Alter von sechs Wochen unmittelbar nach dem Bade mit Wasser von  $30^{\circ}$  C abwaschen und dann erst trocknen. Die Kinder sollen nicht zu warm gehalten, nicht gefatscht, sondern nach englischer Methode in einem Stekkissen belassen werden. Wird das Kind älter, so geht man allmählich mit der Temperatur des Wassers herunter auf  $24$  und  $20^{\circ}$  im Alter von sechs Monaten. Kann das Kind einmal stehen, so ist das beste Verfahren, es in eine Wanne zu stellen und es mit einer Kanne Wasser von Zimmertemperatur,  $18^{\circ}$ , zu begießen. Die Kleinen gewöhnen sich sehr schnell an diese Erfrischung und jauchzen derselben in der Regel bald entgegen. Diese Abwaschungen sind auch die einfachste

Abhärtung für Erwachsene, die sie am besten täglich in einer Sitzwanne mit einem großen zuerst in  $24^{\circ}$ , später kälteren bis  $15^{\circ}$  C kaltes Wasser getauchten Schwamme nicht bloß im Gesichte, am Halse und den Händen, sondern auch am Oberkörper, den Armen, dem Unterleib, an den Beinen und Füßen machen, sich darauf mit einem Frottier-tuch abtrocknen und reiben und nachher einige gymnastische Übungen vornehmen. Denn nicht bloß die Anwendung des kalten Wassers ist von Vorteil, sondern es muß auch der Blutumlauf durch die nötige Bewegung gefördert werden. Bei jedem Wind und Wetter soll man sich an Bewegung in freier Luft, an ein Luftbad gewöhnen. Turnen und sportliche Übungen im Freien sind in jeder Hinsicht nützlich, stärken die Muskeln, kräftigen die Atmungsorgane, haben einen wohltätigen Einfluß auf die Nerven und härten die Haut ab. Mit diesen Ratschlägen würde ich aber auf den Widerstand mancher weiblichen Schönheit stoßen; die Damen fürchten zumeist die Sonne, welche erpicht ist, das Strahlende zu schwärzen, Sommersprossen und den sogenannten Sommerbrand erzeugt, welcher sich bei manchen Damen mit zarter Haut, besonders bei Blondinen oft besonders lästig geltend macht. Solchen Einwänden sei folgendes erwidert: Die Unannehmlichkeit des Abbrennens wird durch mancherlei Nutzen, den dasselbe erzeugt, reichlich aufgewogen, sie ist auch nur vorübergehend. Das Abbrennen der Haut erfolgt nämlich durch die ultravioletten Strahlen der Sonne, welche eine hautreizende Wirkung haben. Bei ihrem Eindringen in die Haut erzeugen sie vorüber-

gehende Entzündungszustände in dieser, einen stärkeren Blureichtum in der Haut, sie regen gewisse Organbestandteile, z. B. die Farbstoff (Pigment) produzierenden Zellen zu lebhafterer Funktion an. Die bessere Blutdurchströmung ist für ein blasses, blutleeres Organ sicher von Vorteil; infolge ihrer bakterientötenden Kraft machen die ultravioletten Strahlen eine Unmenge von Krankheitskeimen, welche sich immer in zahllosen Mengen an der Hautoberfläche vorfinden und nur auf das Eindringen in eine Hautpore warten, um dort ihre verderbliche Tätigkeit beginnen zu können, unschädlich. Selbst ein sogenannter Sonnenbrand ist von wohltätigen Folgen für manchen schlechten Teint begleitet, indem mit den sich ablösenden Oberhautfetzen zumeist eine Menge von Schädlichkeiten für den Teint (Mitesser, Pusteln, Schuppen u. dgl.), entfernt werden. Die nach einem Sonnenbrande in der Haut abgelagerte Pigmentschicht bildet einen guten zuverlässigen Schutz gegen das Eindringen neuer Sonnenprossen, und deshalb kommen Sonnenbrände bei Personen, welche eine solche Bräunung der Haut besitzen, nicht mehr vor. Sie sehen also, daß alles Schlechte auch seine gute Seite hat. Daß sich dies wirklich so verhält, können Sie aus der Tatsache ermessen, daß die Bauernmädchen im Gebirge, welche im Sommer sehr viel der Reizwirkung des Sonnenlichtes exponiert sind, wohl häufig rechtsommerprossig oder braungebrannt sind, aber sonst einen tadellosen Teint besitzen. Wimmerl, Mitesser u. dgl. kommen bei diesen Leuten kaum vor. Allerdings fallen bei diesen Leuten auch gewisse Schädlichkeiten weg, welche bei

den Damen der sogenannten besseren Stände sehr häufig die Entstehung der erwähnten Teintfehler begünstigen. Der Staub, der Ruß und der Schmutz der Stadtluft, in welchem letztere jahrein jahraus leben, legt sich ununterbrochen auf die Haut des Gesichtes an, vermischt sich mit dem fortwährend abgesonderten fettigen Hauttalg und verstopft, wenn er nicht rechtzeitig und in geeigneter Weise entfernt wird, die Ausführungsgänge der drüsigen Organe. In letzteren staut sich das Sekret an, Spaltpilze beginnen darin zu wuchern, es entstehen in den Drüsen und um sie herum Entzündungen, Eiterungen, jenes Krankheitsbild, welches wir in den geringen Graden als Schmeerfluß, Mitesser, in den höheren vernachlässigteren Graden als Wimmerl, Pickeln, Finnausschlag bezeichnen. Zumeist liegt demnach die Ursache dieses Ausschlages in den äußeren Lebensverhältnissen, in denen sich solche Personen aufhalten. Nicht selten ist aber die Schuld an solchen Teintdefekten den Beteiligten selbst zuzuschreiben, indem sie diese durch gewisse hygienisch verwerfliche Gewohnheiten und Prozeduren direkt herbeiführen. Hieher gehört die Gewohnheit vieler Damen, sich das Gesicht jederzeit ohne zureichenden Grund zu pudern. Die normale gesunde Haut des Menschen ist fest und bedarf keines Deck- und Schützmittels gegen äußere Schädlichkeiten. Nur gereizte, irritierte, also kranke Stellen dürfen gepudert werden. In diesem Falle wirkt der Puder als Heilmittel entzündungswidrig, abkühlend, indem jedes einzelne der Partikelchen, aus denen sich die Pudermasse zusammensetzt, den heißen Hautpartien Wärme entzieht.

Auf die normale Haut gebracht, wirkt der Puder aber direkt schädlich; er hüllt sich mit einer Schichte ein, welche die Transpiration erschwert, er beeinträchtigt den Wärme- und Gasaustausch, der von der Hautoberfläche aus stattfinden soll, entzieht die Haut dem belebenden, erfrischenden Einflusse des Lichtes, welches in ihr dann nie die angeführten natürlichen Farb- und Schutzstoffe gegen den Sonnenbrand hervorrufen kann; der Puder verstopft aber auch in viel radikalerer Weise, als es der Ruß und der Schmutz der Stadtluft vermögen, die Mündungen der Hautdrüsen und bietet zur Entstehung von Wimmerln etc. die reichlichste Gelegenheit. Was vom Puder gesagt wurde, gilt in noch viel höherem Maße von allen fettigen Schönheitsmitteln, Ölen, Salben, Schminken, mit welchen unvernünftigerweise die gesunde Haut häufig fortwährend eingerieben wird, angeblich um den schönen Teint zu konservieren. Eine solche verweichte, jeder Abhärtung und dem Lichte systematisch entzogene Haut wird mit der Zeit blaß und fahl, transparent und gedunsen, ihr Stoffwechsel verlangsamt, ihre Gefäße erschlaffen, es kommt zu Stauungen von Flüssigkeit in der Haut, zu leichten Graden von Hautwassersucht ähnlich wie bei skrophulösen Personen; eine derartige Haut strömt einen unangenehmen Geruch aus, der durch Unterlassen der nötigen Ventilation gesteigert wird und mit keinem Parfüm verdeckt werden kann. Nach jahrelangem Gebrauche dieser sogenannten Schönheitsmittel bekommt die Haut etwas Lederartiges, Pergamentähnliches.

Die Tendenz einer rationellen Schönheitspflege muß dahin gehen, die Funktion der gesunden Haut ungestört aufrecht zu erhalten. Dies kann nur dadurch geschehen, daß von allen jenen Stellen, an welchen sich ihrer anatomischen Beschaffenheit nach leicht Zersetzungsprodukte bilden können, d. h. von allen jenen Stellen, wo die Talg- und Schweißdrüsen dicht gruppiert sind, diese Zersetzungsprodukte alltäglich, zum mindesten einmal gründlich entfernt werden. Das Wasser ist zu diesem Zwecke ein Schönheitsmittel par excellence. Es löst die alkalischen und salzigen Bestandteile des Schweißes und gewisse im Schweiß enthaltene Eiweißkörper. Es wirkt, vornehmlich bei längerer Dauer der Einwirkung und bei erhöhter Temperatur, wie z. B. im lauen oder warmen Bade, durch sein Eindringen in das Gewebe der Haut, welches es zum Teile zur Quellung bringt.

Man sollte es kaum für möglich halten, daß die einfachste und zweckmäßigste Form der Schönheitspflege, die Anwendung des Wassers zu Waschungen und Bädern, welche von jedem, auch dem Dürftigsten, mit Leichtigkeit durchgeführt werden kann, von vielen, sehr vielen, von deren Bildungsgrade man es nicht vermuten würde, unterlassen wird. Nur der Arzt kommt dahinter, daß das Gesicht mancher eleganten Damen, bei welchen die Manikure, Coiffeuse usw. als wichtige fixangestellte Beamtinnen ständig der Ausübung ihrer Pflichten obliegen, Damen, welche horrenden Summen für die exotischsten Toiletteartikel ausgeben, seit Jahren mit keinem Tröpfchen Wasser benetzt wurden.

Angeblich verträgt der Teint derselben das Wasser nicht. Nun ist allerdings die Empfindlichkeit der Haut bei verschiedenen Personen nicht gleich. Mancher verträgt die Luft nicht, welche einen anderen nicht weiter irritiert; diesem oder jenem erzeugt tatsächlich das kalte Wasser vorübergehende Reizzustände. Aber durch eine rationelle Abhärtung kann und soll man diese Empfindlichkeit der Haut abstumpfen, damit sie einer sorgfältigen Reinlichkeitspflege teilhaftig werden kann. Bisweilen kommt es vor, daß Leute, welche ein Ekzem, d. i. eine nässende Flechte, des Gesichtes durchgemacht haben, eine derartige Empfindlichkeit der Gesichtshaut zurückbehalten, daß sie jedesmal nach Kontakt mit Wasser neuerdings an Ekzem erkranken; in solchen Fällen handelt es sich um einen nicht vollständig ausgeheilten Krankheitsprozeß, für welchen das früher Gesagte nicht gilt. Die obigen Vorschriften sind für Leute mit gesunder Haut, nicht für Kranke bestimmt. Kranke gehören aber in eine ärztliche Behandlung.

Eine Hauptrolle bei der Reinigung der Haut spielen die Seifen. Diese verseifen und lösen das Sekret der Talgdrüsen und die im Schweiß enthaltenen Fettsäuren. Ihre Qualität ist von nicht zu unterschätzender Bedeutung für die Konservierung des Teints. Die Seifen werden bekanntlich durch Kochen von Fett mit Ätzalkalien (Kali oder Natron) hergestellt; die Natronseifen repräsentieren tatsächlich das Natriumsalz einer oder mehrerer Fettsäuren, während die Kaliseifen immer außer dem Kalisalze der entsprechenden Fettsäuren noch Wasser, un-

verseiftes Fett, Glycerin und unverseifte Kalilauge enthalten. Letztere greift die Haut an, macht sie spröde, rissig. Für kosmetische Zwecke ist deshalb bloß die neutrale Natronseife zulässig. Neutrale Seifen herzustellen ist aber sehr schwierig und man hat sich deshalb auf die Weise zu helfen gesucht, daß man der fertigen Seife irgendein Fett, Olivenöl, Lanolin, als sogenanntes Überfett mechanisch zumischte, um durch dieses alles irgendwie vorhandene freie Alkali zu binden und zu verseifen. Dadurch werden die Seifen milde und zart für die Haut. Man parfümiert sie noch mit verschiedenen Wohlgerüchen und färbt sie mit verschiedenen Färbemitteln. Durch Zusatz von Mandelkleie, Stärkemehl, feinem Sand u. dgl. zur Seife stellt man die Seifenpulver oder Waschpulver her, bei denen neben der chemischen Wirkung der Seife die mechanische Reibung in Betracht kommt.

Wo der Gesichtshaut von der Natur Zartheit und Frische verliehen ist, genügt es, zum Waschen eine milde, am besten überfettete Seife zu verwenden. Ist aber der Teint aus irgendeinem Grunde schon durch entzündliche Prozesse ruiniert, dann genügt das Waschen mit Seife meist nicht mehr, um normale Verhältnisse herzustellen, ja oft wird das Übel durch die Seifenwaschungen verschlimmert. In solchen Fällen werden mit Vorteil kühlende und leicht desinfizierende Flüssigkeiten, z. B. Borax- oder Thymollösungen, Kampfer, Benzoesäureaufschwemmungen u. dgl. zur Reinigung der Haut verwendet.

Ebenso wie eine systematische Abhärtung und Reinigung der Haut ist eine regelmäßige Verdauung für

die tadellose Beschaffenheit des Teints von größter Wichtigkeit. Verdauungsstörungen, Vernachlässigungen der Darmfunktionen, gewohnheitsgemäßer Genuß scharfer, gewürzter Speisen und Getränke lassen niemals einen schönen Teint zu. Die Mode, welche schon ganz junge Mädchen zwingt, ihren wachsenden Körper in Mieder einzuzwängen, legt das Fundament zu der Verdauungsträgheit, an welcher die meisten Frauen in den späteren Jahren laborieren; in weiterer Folge bereitet demnach dieser durch die Eitelkeit diktierte Unfug jener anderen Eitelkeit, welche auf einen tadellosen Teint erpicht ist, vielen Kummer. Ich will nicht unterlassen, darauf hinzuweisen, daß die Verdauungsträgheit vieler Frauen auch dadurch bedingt ist, daß diese im allgemeinen sehr wenig Flüssigkeit zu sich nehmen, daß demnach durch reichlicheres Wassertrinken sowohl während als auch außerhalb der Mahlzeiten hierin eine Besserung erzielt werden kann. Bezüglich der Wahl der Kost gilt die Regel, daß die Mittelstraße zwischen animalischer und vegetabilischer Kost, die Vermeidung aller starken Reizmittel und alkoholischen Getränke den Körper zur besten Entwicklung bringt, Verdauungsstörungen, Fettsucht und ähnliche Unregelmäßigkeiten am besten verhindert.

Wie die Ernährung ist auch die Kleidung von großem Einfluß auf die kosmetische Gesundheit des Menschen. Die Wäsche soll luftig und leicht sein, soll den Schweiß nicht aufsaugen, sondern an der Körperoberfläche verdunsten lassen. Nur sehr empfindliche Individuen von zarter Gesundheit oder solche, welche an Orten leben,

woselbst Temperaturwechsel heftig und plötzlich eintreten, mögen die Haut mit Stoffen bedecken, welche wie die Wolle und Seide Feuchtigkeit rasch aufsaugen und dabei doch in der Eigenschaft schlechter Wärmeleiter verharren. Alle anderen Leute benutzen am besten Leinenwäsche, welche häufig gewechselt und gereinigt wird. Ferner ist es unerlässlich, bei Tage andere Wäsche als während der Nacht zu tragen und bei Tage die Nachtwäsche, bei Nacht die Tagwäsche zu lüften. Die Kleidung sei der Jahreszeit angemessen, aber stets luftdurchgängig und bequem. Hals und obere Brust sollen womöglich unbedeckt und für die äußere Luft zugänglich sein. Zu enge Krägen, Korsette, Leibriemen erzeugen Stauungen in den oberen Körperregionen, Kongestionen, welche man an der Dunsung und Rötung des Gesichtes, Rötung der Augen erkennt; sie führen bei längerem Gebrauche zu Deformitäten der inneren Organe und Störungen der Funktionen derselben. Weil die morgenländischen Völker ihre Füße nicht einzwängen, sondern immer bequemes Schuhwerk tragen, sind ihre Füße meistens normal, schwitzen und riechen nicht.

Die Mode der engen und harten Stiefel und die Vernachlässigung der Fußpflege kennzeichnet die Sklaven der sogenannten Kultur. Die Marterfutterale, in welche der fortgeschrittene Fußbekleidungskünstler unsere armen Gehwerkzeuge hineinzwängt, schädigen den Fuß, machen ihn krank und verunstalten ihn. Wie oft sehen wir manch wohlgebildetes zierliches Füßchen, nachdem es einige Jahre das Modeschuhwerk getragen, durch vorspringende

Ballen, überkreuzte Zehen, Schwielen und Hühneraugen entstellt und verunziert. Salben, Pflaster und Pedikure können da wenig nützen, wenn in der Konstruktion des Schuhwerkes nicht radikaler Wandel geschaffen wird.

Auch im Winter soll die Zimmertemperatur nicht übermäßig warm sein, das Schlafzimmer überhaupt ungeheizt oder nur ganz wenig erwärmt, nachdem tagsüber das Fenster geöffnet und frische Luft durchgeströmt war. Die Bedeckung während des Schlafes sei ganz leicht, das Bett selbst nicht übermäßig weich (kein Unterbett, sondern Matratzen), die Polster kühl und nieder. Man schlafe möglichst bei offenem Fenster, wobei durch Vorrichtungen verhütet werden kann, daß die Luft von außen direkt an das Bett gelangt. Gleich nach dem Aufwachen erhebe man sich zum Waschen, verbleibe nicht noch unnötig lange wach in den Federn. Auch tagsüber ist der Genuß frischer, reiner Luft ein gleiches Bedürfnis für die Haut wie für die Lungen. Kräftiges Atmen in freier Luft stärkt die Lungen, belebt die Blutzirkulation und Herztätigkeit, erfrischt die Nerven. Bei jedem Wind und Wetter soll man sich an Bewegung in freier Luft, an ein „Luftbad“ gewöhnen. Turnen und Spiele im Freien sind in jeder Hinsicht nützlich, stärken die Muskeln, kräftigen die Atmungsorgane und haben einen wohltätigen Einfluß auf die Nerven.

Auch das richtige Verhältnis zwischen Tätigkeit und Ruhe sowie eine zweckmäßige körperliche Bewegung sind für die Kosmetik von nicht zu unterschätzender Bedeutung. Menschen, welche dazu verdammt sind, zeit-

lebens über das Maß ihrer Kräfte zu arbeiten, im Elend und Drangsal zu leben, die Pestluft der Fabriken und Höfe zu atmen, bleiben in Körperhöhe, Ebenmaß der Glieder, Entwicklung des Brustkorbes, Ausbildung des Kopfes usw. hinter ihren vom Schicksal besser bedachten Mitbrüdern zurück. Jederzeit finden wir bei den glückseligen, gebildeten und freien Völkern besseren Wuchs, edlere Leibesformen als bei den unglücklichen, ungebildeten und sklavischen. Die hygienisch wohlgepflegten, in allen möglichen Sporten trainierten, rationell lebenden Engländer sind renommirt durch ihre musterhaft ausgebildeten Körper; die von Kartoffeln lebenden, zwei Stockwerke tief im Keller wohnenden irländischen Fabrikarbeiter sind typische Jammergestalten.

Wenden wir uns jetzt zu der Besprechung der Hilfsmittel, welche angewendet werden, um einen verloren gegangenen Teint zu verbessern, um die Ursachen einer unschönen und kranken Haut zu beseitigen.

Hierher gehören zunächst alle jene krankhaften Zustände der Haut, welche die Ursache in einer abnormalen Füllung ihrer Blutgefäße haben. Die Gesichtsröte, Kupfer- röte, das Kupfergesicht, die roten Nasen und roten Hände sind oft ererbt, immer aber die äußere Erscheinung einer inneren Funktionsstörung. Die Ursache dieser lokalen Blutüberfüllungen kann nervöser Natur sein, oft liegt sie in Unterleibs-, Magen-, Leber- oder Herzstörungen, welche den Abfluß des Blutes aus den betreffenden Körperteilen erschweren; es können jedoch auch äußere Reize, gewohnheitsgemäße üppige Tafelgenüsse, scharf gewürzte

Speisen, starke alkoholische Getränke, Tabakmißbrauch, Einfluß von Wind und Wetter die lokalen Rötungen hervorbringen. Aus diesen Ursachen wird es schon begreiflich, daß hier örtliche kosmetische Mittel nur Nebensache und Unterstützungsmittel sein können, obgleich eine frühzeitig eingeleitete lokale Behandlung gute Chancen auf einen Heilungserfolg gibt; immer ist aber die Feststellung der Grundursache die Hauptsache und muß eine rationelle Therapie gegen letztere vorgehen. Wie das zu geschehen habe, kann im Rahmen dieses populären Vortrages nicht erörtert werden. Ich will nur kurz erwähnen, daß oft durch eine angemessene Diätetik, durch einfache, mäßige, reizlose Kost, durch Hintanhaltung von Kongestionen und Verdauungsstörungen, durch Verordnung entsprechender Körperbewegung und Kleidung, durch Abführmittel, Molken- oder Mineralwasserkuren der Ausbreitung des Übels frühzeitig Grenzen gesetzt werden können. Das örtliche Unterstützungsverfahren kann dabei in der Anwendung von Schwefel, etwa in Form des sogenannten Kummerfeldschen Waschwassers, von Naphthol oder sublimathältigem Wasser bestehen. In bereits vorgeschrittenen Stadien des Leidens, wenn die Haut bereits eine dunkelrote oder bläuliche Färbung angenommen hat, wenn sich bereits zahlreiche bleibende Gefäßerweiterungen, welche der Haut ein marmoriertes Aussehen verleihen, ausgebildet haben, wenn schon häßliche knollige und pustelnde Erhabenheiten entstanden sind, dann weicht die Gefäßneubildung keinem medikamentösen Heilmittel. Die erschlafften Blutgefäße

entbehren der erforderlichen Elastizität, sie nehmen immer größere Blutquantitäten auf. In solchen Fällen kann man oft durch physikalische Heilmethoden eine Rückbildung erzielen. Sehr zweckmäßig sind hiezu die wechselwarmen Bäder. Man taucht den leidenden Körperteil zuerst fünf Minuten in ein warmes Bad von  $28^{\circ}$  R, darnach für eine Viertelminute in ein kühles Bad von  $15^{\circ}$  R, wechsle dann wieder, fünf Minuten in das warme Bad usf., etwa dreimal im ganzen, indem man stets mit dem warmen Wasser beginnt und mit kühlem Wasser schließt. Da die Kälte die Blutgefäße zur Zusammenziehung zwingt, die Wärme hinwiederum eine Erschlaffung derselben herbeiführt, ist das geschilderte Verfahren als ein Exerzizium, eine Gymnastik zu betrachten, durch welches den Blutgefäßen die geschwächte oder verloren gegangene Fähigkeit der Zusammenziehung beigebracht werden soll. Allerdings muß, wie selbstverständlich, diese Kur einige Wochen lang gebraucht werden, wenn man einen realen Erfolg erzielen will. Die Röte der Nasen und des Gesichtes hängt oft mit kalten Füßen zusammen; um erstere zu kurieren, wendet man allabendliche Wechselfußbäder in der geschilderten Weise an, vermeide das Tragen beengender Kleidungsstücke, enge Krägen, Mieder, Tailen etc. Als ein vorzügliches Mittel, um die Röte der Hände zu vertreiben, wende ich sehr oft den Wechselstrom an. Dies geschieht am zweckmäßigsten in der Form der Zellenbäder. Die Hände werden bis über den Ellbogen in warmes Wasser, das sich in länglichen Trögen befindet, gesenkt. In dieses Wasser wird mittels zweier Aluminiumplatten,

die in die beiden Tröge tauchen und mittels Drähten mit der entsprechenden Elektrizitätsquelle in Verbindung stehen, ein Induktions- oder sogenannter Sinusoidalstrom geleitet, welcher von einem Draht in die Elektrodenplatte, von dieser in das Wasser und von da durch den Körper, das Wasser, die Elektrode und den Draht des anderen Troges zur Elektrizitätsquelle zurückgeleitet wird. Bei der elektrischen Behandlung der Nasenröte verwende ich eine entsprechend gebogene Aluminiumelektrode, welche jedesmal mit feuchtem Mull bedeckt wird. Unter dem Einflusse des Wechselstromes ziehen sich die Blutgefäße sehr energisch zusammen und man kann schon unmittelbar nach der Behandlung eine wesentliche Abblassung wahrnehmen. Allerdings macht diese nach einiger Zeit wieder der Rötung Platz, doch kann man mit dieser Methode in nicht zu vorgeschrittenen Fällen auch recht zufriedenstellende dauernde Resultate erzielen. Daß aber Hand in Hand damit eine zweckentsprechende innerliche Behandlung gehen muß, ist nach dem oben Gesagten selbstverständlich. Starke Gefäßerweiterungen und die in den späteren Stadien der Krankheit oft vorhandenen ganz bizarren, die Nase verunstaltenden Wucherungen und Verbildungen werden aber auch mit dieser Methode nicht beseitigt. Hier ist nur die operative Behandlung am Platze. Die erweiterten Blutgefäße werden mit einem kleinen scharfen Messer oberflächlich kreuz und quer durchschnitten und dadurch verödet. Die hiebei gleichzeitig stattfindende starke lokale Blutentziehung wirkt äußerst günstig. Das Verfahren ist nicht sonderlich

schmerzhaft und hinterläßt keine Narben. Die Abtragung von Wucherungen erfolgt entweder mit dem Messer oder mit der galvanokaustischen Schlinge.

Daß eine abnorm blasse Haut fast immer die Teilerscheinung der allgemeinen Blutleere und nicht anders zu beheben ist als durch Beseitigung des Grundleidens, ist eine allbekannte Tatsache.

Ein kosmetisches Übel, welches dem oder der damit Behafteten viele Sorgen, unruhige Stunden, Spott und Verachtung, ja oft im Berufe vielfache Nachteile und Schädigungen einbringt, ist die übermäßige Schweißbildung. Zumeist handelt es sich um die übermäßige Schweißbildung in den Achselhöhlen, in den Händen und Füßen. Die allgemeine übermäßige Schweißproduktion, bei welcher der ganze Körper oder nur eine, z. B. die rechte Hälfte desselben schwitzt, während die linke Körperhälfte trocken bleibt, ist kein rein kosmetisches, sondern zumeist ein inneres Leiden, dessen Besprechung nicht hieher gehört. Die Ursache der lokalen übermäßigen Schweißabsonderungen sind entweder unzuweckmäßige Kleidung oder eine Schwäche jener Nerven, welche bei der Drüsenfunktion eine wichtige Rolle spielen. Daß der zersetzte Schweiß unappetitliche, die Geruchsnerve der Nebenmenschen beleidigende Eigenschaften hat, weiß jeder, der an einem solchen Übel leidet. Die Maßnahmen, die er trifft, sind aber nicht immer geeignet, das Übel zu beheben oder zu bessern. Wenn eine Dame oder ein Herr, welche die in den Kleidern sichtbaren oder riechbaren Absonderungen ihrer Achselschweißdrüsen verdecken

wollen, zu diesem Zwecke Gummi, Kautschuk oder Wachstafetblätter in die Achselhöhlen einnähen lassen, so werden sie wohl vorderhand den beabsichtigten Zweck erreichen, aber darum wird doch nicht weniger Schweiß abgesondert, sondern eher dadurch, daß die betreffende Hautpartie aus Mangel an Verdunstungsmöglichkeit sich stark erhitzt, in verstärktem Maße produziert, er zersetzt sich am Gummi und reizt mit diesem zusammen die Haut viel intensiver als sonst. Es können infolgedessen leicht Hautentzündungen, Ekzeme u. dgl. entstehen. Viel zweckmäßiger ist es, statt dieser Gummistücke Bauschen der billigen sogenannten hydrophilen Gaze an die entsprechenden Stellen zu bringen und dieselben fleißig zu erneuern. Dieselben saugen den Schweiß auf, machen ihn geruchlos und behindern die Verdunstung nur in geringem Grade.

Der wichtigste Punkt dieser wie aller übrigen Arten von übermäßiger Schweißbildung ist die peinlichste Sauberkeit und Reinlichkeitspflege der betreffenden Stellen wie des ganzen Körpers. Häufige kühle Teilwaschungen wie lauwarne Bäder, häufiger Wechsel der Bekleidung, Einstreuen von Reismehl oder Federweißpulver empfehlen sich hier. Als weitere Mittel, welche die verdickte zerweichte Oberhaut zur Abstoßung, die gebildeten schmerzhaften Schrunden zur Verheilung bringen, teils zusammenziehend und die Schweißabsonderung beschränkend wirken sollen, sind zu nennen Bäder in Abkochungen von Eichenrinde oder von Feldthymian. Formen der abnormen Schweißbildung, bei denen sich Hände und Füße infolge

der ungenügenden Zirkulation kalt anfühlen, werden am besten mit abendlichen warmen Lokalbädern mit Zusatz von Essig, Senf oder Kampfergeist, früh mit ganz kalten Waschungen behandelt. Für Formen, wo sich aber Hände und Füße warm anfühlen, eignen sich eher abendliche lauwarme Bäder. Von äußeren Mitteln eignen sich am besten die Chrom- und die Ameisensäure zur Beseitigung dieses lästigen Leidens, doch sind beide giftig und sollten nicht ohne Kontrolle eines Arztes angewendet werden. Ganz ausgezeichnete Wirkungen hat bei hartnäckigen Fällen oft die Anwendung des elektrischen Stromes entweder in Form des Induktionsstromes oder in Form der hochgespannten und hochfrequenten Wechselströme. Auch die Behandlung mit Röntgenstrahlen gibt oft vorzügliche Resultate, indem die Bestrahlung die Funktion der Drüsen-elemente direkt hemmt.

Durch Störungen in der Funktion anderer Hautdrüsen, der Talgdrüsen, können ebenfalls eine Reihe kosmetischer Anomalien hervorgebracht werden. Produzieren die Talgdrüsen zu viel Sekret, so kann dieses entweder dickflüssig oder dünnflüssig sein. In erstem Falle lagert sich der Hauttalg in Form feinsten Schüppchen auf der Haut ab und gibt ihr ein rauhes, rissiges Aussehen. Man nennt diesen Zustand den trockenen Schmerfluß (Seborrhöe). Ist der Talg dünnflüssig und ölig, so sieht die Haut fettig glänzend aus, fühlt sich auch feucht an und erzeugt auf Seidenpapier Fettflecke. In dem reichlich abgesonderten Talg, der sich bald mit dem Staube der Luft und abgestoßenen Oberhautpartikelchen

vermischt, nisten sich mit Vorliebe Spaltpilze an, wuchern und dringen in die Hautporen ein, wo sie lokale heftige Entzündungen und Eiterungen (Wimmerln, Pickeln) erzeugen können. In solchen, in Haarbälgen oder den Ausführungsgängen der Drüsen abgelagerten Talgdepots, welche nach außen durch ein kleines schwarzes Schmutzpünktchen abgeschlossen sind, findet man auch oft eine mikroskopisch kleine Milbe. Drückt man mit zwei Fingernagelrändern von zwei Seiten auf eine derartige Talgansammlung, so windet sich der Inhalt der erweiterten Talgdrüse wurmartig heraus. Man nennt dies einen Mitesser. Derartige übermäßige Talgabsonderungen kommen nicht nur im Gesichte, im Nacken, auf dem Rücken erwachsener Personen, sondern auch auf dem Kopfe, und zwar sowohl bei kleineren Kindern als auch bei Erwachsenen vor. Bei Säuglingen wird dieser Zustand Gneis genannt und ist zumeist ein harmloses, leicht zu behebbendes Leiden, bei Erwachsenen führt die übermäßige Talgabsonderung am behaarten Kopfe entweder zu der bekannten häufigen Schuppenbildung, wenn der Talg dick ist und bald fest wird, einem hartnäckigen und speziell dadurch nicht gleichgültigen Leiden, weil es zu Haarausfall und Glatzenbildung führt. Auch Flechten, Ekzeme können von derartigen Prozessen ihren Ausgang nehmen. Ist der Talg dünnflüssig und reichlich, so kleben die Haare strähnenartig aneinander und haben einen fettigen Glanz.

In allen Fällen von übermäßiger Talgabsonderung sind regelmäßige gründliche Seifenwaschungen das wichtigste vorbeugende und Behandlungsmittel. So lange noch

keine weitere Komplikation besteht, genügen hiezu die milden, überfetteten Toiletteseifen zur Beseitigung des überschüssigen Sekrets. Wichtig ist die gleichzeitige Sorge für eine gute Verdauung und Darmfunktion. Sobald sich aber schon eine der erwähnten Folgezustände eingestellt hat, dann ist die gründliche Beseitigung desselben zu meist nicht leicht und erfordert schon ärztliche Erfahrung. Neben Medikamenten wie Thymol, Kampfer, Benzoesäure, welche die absondernde Tätigkeit der Drüsen einschränken und etwa schon angesiedelte Spaltpilze vernichten, leistet in solchen Fällen die physikalische Therapie in Form der Behandlung mit ultravioletten Strahlen, der trockenen und feuchten Wärme und der sogenannten Saugbehandlung ausgezeichnete Dienste. Diese Methoden rufen einen kräftigeren Blutzufuß zu den kranken Partien und wirken infolgedessen regulierend auf die Funktion des kranken Organes. Diese künstlich erzeugte lebhaftere Durchblutung eines kranken Organes ist ein sehr wichtiger Heilfaktor, der auch bei anderen schweren Affektionen in Form der Blutstauung sehr oft herangezogen wird.

Eine sehr beliebte Methode ist die der Gesichtsdampfbäder, welche ich Ihnen hier im Bilde vorstelle. Der warme Dampf reinigt nicht nur die Haut von Fett, Oberhautschüppchen, Luftstaub, Puder, Schminke u. dgl., sondern er bewirkt auch eine lebhaftere Blutzuströmung zur Haut, die eine natürlichere lebendige Färbung erhält.

Die Blutstauungsmethode von Professor Bier nimmt nach und nach einen immer wichtigeren Platz in der Heilkunde ein. Aus diesem Grunde möchte ich Ihnen bei dieser

Gelegenheit hierüber einiges mitteilen. Die Ernährung unserer verschiedenen Körperteile erfolgt bekanntlich in der Weise, daß das frische, in der Lunge erneuerte Blut den Geweben von den Schlagadern zugeführt und, nachdem es dort die Nährstoffe abgegeben hat, von den Blutadern wieder abgeleitet wird. Wird ein Körperteil blutreicher, als es der Norm entspricht, so findet das in der Weise statt, daß man durch irgendeinen Reiz, z. B. durch Wärme, mehr Blut in die Schlagadern lockt; man nennt dies aktive Blutfüllung; oder man erschwert den Abfluß des Blutes aus den Blutadern der Gewebe auf irgendeine Weise und nennt dies dann passive Blutüberfüllung. Die letztere kann sich je nach Bedarf auf den ganzen Körperteil oder auch nur auf eine kleine kranke Stelle beschränken. Im ersten Falle verwendet man ein Kautschukband, mit welchem man die Wurzel des kranken Gliedes bis zu einem gewissen Grade einschnürt, wobei die Zirkulation nur in den Blutadern, aber nicht in den Schlagadern unterdrückt werden darf. Die Haut rötet sich, die Blutadern dehnen sich aus und das ganze Glied sieht zuletzt violett aus. Leidet hiebei der Kranke nichts, so hat dieses Aussehen keine Bedeutung, bereitet ihm die Einschnürung aber Beschwerden, dann ist sie zu stark und muß noch einmal besser angelegt werden. Man schnürt täglich ein oder mehrere Male je dreiviertel bis eine Stunde, bei manchen Krankheitsprozessen auch länger, ein. Der Kranke hat hiebei das Gefühl, daß ihm das Glied eingeschlafen ist. Auf diese Weise werden die Arme, Beine, Finger und auch krank-

hafte Prozesse am Kopfe behandelt, letztere, indem man den Hals leicht einschnürt. Im zweiten Falle bedient man sich eigens zu diesen Zwecken konstruierter Glasglocken, welche die Größe und Form der kranken Körperstelle haben, und saugt aus denselben mit Hilfe von Pumpen oder Gummiballons die Luft aus. Bei diesem Verfahren strömt nicht nur das Blut in den luftleeren Raum, sondern man zieht damit auch Eiter und andere Krankheitsprodukte an die Körperoberfläche

Nach den Ergebnissen der Arbeiten Biers und seiner Schule ist die Wirkung der passiven Blutüberfüllung eine schmerzlindernde, bakterientötende oder abschwächende, auflösende und ernährende. Sie findet deshalb Anwendung bei der lokalen Tuberkulose der Knochen, Gelenke, Drüsen, bei Gelenkentzündungen, bei Rotlauf, Zellgewebsentzündungen, Gelenksversteifungen und Gelenksergüssen. Auch bei Hautaffektionen leistet die Biersche Methode vorzügliche Dienste; oft werden bei sachgemäßer Behandlung in vier bis fünf Tagen schwere Furunkel oder Anthrax geheilt; auch bei der Finnen-Wimmerlbildung wird dieses Verfahren mit bestem Erfolge angewendet. Die Technik der Methode ist, trotzdem scheinbar leicht, doch eine sehr delikate, einen Erfolg erzielt, wie Bier selbst sagt, nur derjenige, der sich die verschiedenen subtilen Momente, von denen ihre korrekte Anwendung abhängt, in längerer Erfahrung erworben hat.

Ein kosmetisches Leiden, das seine Ursache in einer verminderten Tätigkeit der Talgdrüsen hat, ist die

trockene, fettlose Haut. Diese wird dadurch trocken, spröde, reißt leicht ein und ist infolgedessen oft der Sitz von schmerzhaften Sprüngen. Selbstverständlich muß in einem solchen Falle das mangelnde Fett künstlich in die Haut eingerieben werden, um sie wieder geschmeidig zu machen. Am besten eignen sich hierzu Lanolin oder reines Vaseline.

Vielfach kommen als kosmetische Hautaffektionen jene Anomalien, bei denen es sich um eine Massenzunahme des ganzen Hautorganes oder nur einzelner Teile desselben, des Farbstoffes, der Oberhaut, des Bindegewebes handelt, in Betracht. So sind die Sommersprossen ein alltäglicher Gegenstand weiblichen Ärgernisses und unzähliger kosmetischer Mittel. Sie finden sich insbesondere bei rothaarigen und rotblonden Individuen so konstant, daß man kaum je ein Individuum dieser Haarfarbe ohne Sommersprossen zu Gesicht bekommt. Am häufigsten kommen sie an jenen Stellen vor, wo die unbedeckte Haut dem Lichte ausgesetzt ist; sie verändern nach der Jahreszeit ihre Farbe, sind im Winter am blassesten, im Frühjahr am dunkelsten. Die Sommersprossen sind Anhäufungen von dunklem Farbstoff in den untersten Schichten der Oberhaut. Ihre Entstehung wird auf die Einwirkung der Sonnenstrahlen, insbesondere der ultravioletten Strahlen zurückgeführt, eine Auffassung, die aber nur insofern richtig ist, als eine angeborene Disposition zum Entstehen derselben vorhanden ist und das Licht nur die Rolle des provozierenden Momentes spielt. Die Behandlung strebt eine raschere Abschälung der

Oberhaut und damit auch eine raschere mechanische Entfernung der pigmenthaltigen Zellen an. Dies kann entweder durch mildere Mittel, wie täglich anzuwendende Waschungen mit verdünnter Essigsäure, Zitronensaft, saurerer Milch, Krenextrakt, Gurkensaft, Kaliseife etc. oder energischer durch die sogenannten Schälkuren mit Quecksilber, Resorzin, Naphthol etc. erzielt werden. Dauernd zu beseitigen vermag allerdings kein einziges Mittel diese Affektion. Doch bleibt den damit Behafteten der allerdings sehr fragliche Trost, daß die Sommersprossen im höheren Alter zumeist von selbst verschwinden, wenigstens dem Auge, weil um diese Zeit des Lebens die immer dicker und undurchsichtiger werdende Oberhaut die Farbstoffablagerungen verdeckt. Reichlichere, flächenhaft ausgebreitete erworbene Pigmentablagerungen in der Haut kommen noch weiter vor als die gelben sogenannten Leberflecke, dann als Bronzehaut bei der Tuberkulose der Nebennieren und bisweilen als Schwarzhaut bei der chronischen Arsenvergiftung. Wieso derartige Pigmentierungen zustande kommen, ist noch vollständig unaufgeklärt. Auch ist die Aussicht derartige Entstellungen zu beseitigen keine sehr gute. Auch die angeborenen farbigen behaarten oder hervorragenden Flecken auf der Haut, welche man Muttermaler nennt, welche aus Pigmentablagerungen in das Hautzellgewebe oder aus Gefäßwucherungen entstehen, gehören hierher. Der Volksglaube leitet sie oft von einem sogenannten Versehen der Mutter durch Schreck über ein Feuer, eine Maus u. dgl. ab. In der Tat läßt sich in sehr vielen der-

artigen Fällen ein solcher Zusammenhang nicht leicht in Abrede stellen. Die aus Blutgefäßwucherungen und -Erweiterungen bestehenden Feuermale erscheinen bei Gemüts-erregung und in der Wärme röter, bei Gemüts-depression und in der Kälte blässer. Sie wachsen mit dem Körper, oft schneller als letzterer, und können sehr entstellende Dimensionen erreichen.

Wenn ein Muttermal nicht zu groß ist, kann man es leicht entfernen. Dies geschieht entweder auf die Weise, daß man es in seiner ganzen Tiefe aus der Haut heraus-schneidet und diese dann durch eine Naht kunstgerecht vereinigt. Nach kurzer Zeit sieht man letztere kaum mehr. Eine andere, ebenfalls vorzügliche Resultate gebende, jedoch unblutige Methode ist die Zerstörung des Mutter-males durch die Elektrolyse. Das Mal wird mit dünnen Nadeln von verschiedenen Richtungen aus umstochen und die Nadeln mit dem negativen Pole einer konstanten Elektrizitätsquelle in Verbindung gesetzt, während eine mit dem positiven Pole in Verbindung stehende feuchte Schwammelektrode dem Körper des zu Operierenden irgendwo aufgesetzt wird. Das Mal wird hiedurch in einen Schorf verwandelt, der nach drei Wochen abfällt und eine schöne glatte, unauffällige Narbe zurückläßt. Feuermäler lassen sich durch Radium- oder Röntgen-strahlenbehandlung beseitigen; doch ist hiezu große Er-fahrung und Umsicht notwendig, weil unzweckmäßige Bestrahlungen leicht mehr Schaden als Nutzen stiften können. Die früher beliebten Methoden des Wegätzens der Muttermäler mittels konzentrierter Säuren, Ätzpasten

u. dgl. sind heutzutage von den erwähnten Methoden mit Recht verdrängt, denn die applizierten Ätzmittel wirken oft tiefer und ausgedehnter, als man die Absicht hatte, und erzeugen Ätzgeschwüre von vielfach größerem Umfange, als das ursprüngliche Mal war, so daß die daraus resultierende große Narbe kaum sonderliche Freude und Begeisterung erweckt. Überschreitet ein Muttermal die Größe einer halben Handfläche, so lasse man es am besten in Ruhe. So große Mäler lassen sich nicht unauffällig beseitigen. Hier sind Schminken oder hautfarbene Deckpulver am Platze.

Was ich über die chirurgische, elektrolytische oder radiotherapeutische Entfernung der Muttermäler sagte, gilt auch für die Beseitigung der Warzen. Die nicht mit breiter Basis, sondern mit einem dünnen Stiele der Haut aufsitzenden gestielten Warzen können auch mit einem dünnen festen Faden abgebunden werden. Die eingeschnürte Warze trocknet ein und fällt bald ab. Vor einem unzuweckmäßigen Herumkurieren mit irritierenden Stoffen an Mälern oder Warzen muß entschieden gewarnt werden, weil erfahrungsgemäß Warzen und Mäler, durch irrationelle Hautreize leicht zur Entartung gebracht, in krebsige Geschwüre übergehen können.

Schwere kosmetische Gebrechen stellen jene Fälle dar, bei denen von Geburt an allgemeiner Pigmentmangel — der sogenannte Albinismus — oder solcher nur stellenweise in Form weißer Flecke während des Lebens entstanden ist. Die Albinos zeigen eine auffällig weiße oder rosige Haut, die Haare sind schneeweiß oder hornähnlich

gelb, meist zart und seidenartig, die Pupille hat eine blutrote, die Iris des Auges eine blaßrote Farbe, es besteht Lichtscheu und Augenzittern. Die Affektion findet sich bei Kindern von Eltern mit normaler Hautfarbe, befällt oft mehrere Geschwister, nicht selten nur die des einen Geschlechtes, während die des anderen normal pigmentiert sein können.

Teilweiser Albinismus findet sich vorzugsweise bei den Negern und bezeichnet man solche Individuen als Schecken oder Elsterneger. Auch bei Tieren ist bekanntlich die Scheckenbildung nichts Seltenes. Bei Kaukasiern finden sich aber auch nicht selten pigmentlose, von überpigmentierter Haut umrandete, sich allmählich vergrößernde Flecke, die um so auffälliger erscheinen, je brünetter das Individuum im allgemeinen ist. Die Affektion ist nicht nur sehr entstehend, sondern auch aus dem Grunde unangenehm, weil solche pigmentfreie Stellen gegen die Wirkungen des Lichtes überaus empfindlich sind und dort leicht Sonnenbrand entsteht. Über die Ursache dieser Affektion ist nicht viel bekannt. Kosmetisch käme höchstens das Tätowieren oder das Dunkelschminken der besonders auffallenden Flecken in Betracht.

Kosmetische Störungen entstehen weiters durch Massenabnahme der die Haut konstituierenden Elemente. Hieher gehören die im höheren Alter, meist von den fünfziger Jahren aufwärts allmählich zunehmenden Veränderungen der Haut, welche trocken, spröde, runzelig, gelblich bis braun verfärbt und häufig der Sitz von Warzen wird. Hebt man eine Falte, so konstatiert man,

daß die Haut bedeutend verdünnt ist. Namentlich bei Leuten, die im Alter mager werden, und bei solchen, die sich viel im Freien bewegen, besonders bei Matrosen, Landleuten etc. tritt diese Hautveränderung besonders stark auf. All diesen Erscheinungen liegt ein einfacher Rückgang in der Gewebsmasse, eine Verarmung an zirkulierenden Säften und eine Art Eintrocknung zugrunde. Von der maßvollen Erweiterung der Gefäße der Gesichtshaut hängt ihre Blutfülle somit auch zum großen Teile der schöne Teint ab, der das Gesamtbild der Gesichtshaut darstellt, also die Glätte, den samtartigen Glanz, die Straffheit, das Freisein von Fältchen und Runzeln, wie auch von Fettansammlungen. In solchen Fällen streben wir durch Steigerung der Zirkulation der Nährsäfte, des Blutes und der Lymphe in gewissem Sinne eine schnellere und vollkommenerere Durchwaschung der Gewebe hervorzurufen. In der methodisch gehandhabten Massage besitzen wir hiezu ein wirksames Mittel. Die Gesichtsmassage muß sanfter und vorsichtiger geübt werden als die Massage anderer Körperregionen. Dies ist motiviert durch die größere Zartheit der Haut, durch die größere Labilität der Gesichtsblutgefäße, ferner durch den in Betracht kommenden anatomischen Verlauf der in Betracht kommenden Nerven und Muskeln. Wir bekämpfen die drohende Erschlaffung der Haut, das vorzeitige Welkwerden und die Neigung zur Runzelbildung zunächst mittels Streichungen, welche wir entsprechend der Anordnung der Hautmuskeln ausführen. Auf die Erhöhung der Hautelastizität zielen die durch

die sogenannten Kneipgriffe auszuführenden Dehnungen der Haut hin. Eine weitere Prozedur findet mit den sogenannten Erschütterungsmaschinen (Vibratoren), statt, die nach dem Prinzip der Bohrmaschinen der Zahnärzte konstruiert sind. Die leichte, für einige Minuten fortgesetzte Erschütterung ruft Zusammenziehungen der Muskelfasern und somit auch rhythmisch aufeinanderfolgende Zusammenpressungen der in diese eingebetteten Gefäße hervor, dann auch einen leichten Nervenreiz, der sich wieder auf die Gefäße überträgt und sie zur schnelleren Fortbewegung ihres Inhaltes anspricht.

Natürlich dürfen in solchen Fällen nicht jene Maßregeln vernachlässigt werden, welche geeignet sind, notwendige Volumsveränderungen in der Haut künstlich herbeizuführen, z. B. muß jene Diät angeordnet werden, welche eine störende Magerkeit oder Feistigkeit beseitigt. Regelung der Nahrungsaufnahme sowie der Verdauung verbessert die Erfolge. Mit der Bauchmassage können wir oft auch fernegelegene Störungen der Verdauung, welche sich auf dem Wege der Nerven ausstrahlung auch auf die Gesichtsfarbe und den Teint übertragen, günstig beeinflussen.

In vielen Fällen bilden Narben große kosmetische Defekte, welche der Arzt beseitigen oder verbessern soll. Jeder Substanzverlust der Haut, mag er auf welche Art immer, durch Verletzungen, Verbrennungen, Eiterungen oder Geschwüre, Blattern usw. entstanden sein, kann nur unter Narbenbildung ausheilen. Die Narben streben sich allmählich zu verkleinern; so erwünscht dies bezüglich

der Narbe selbst ist, um so unangenehmer ist die Folge der Narbenschumpfung, indem aus ihr Verziehungen und Entstellungen der Nachbarregionen resultieren. In solchen Fällen leistet oft das operative Verfahren ganz vorzügliche Dienste. Entstellungen, welche durch Gewebsdefekte verursacht sind, werden heutzutage häufig durch Einspritzungen von Paraffin mit einem Schmelzungspunkte von  $40^{\circ}\text{C}$  gedeckt. Das eingespritzte Paraffin wird sehr langsam aufgesaugt und nach und nach durch Bindegewebe ersetzt.

Bekannt sind die glänzenden kosmetischen Erfolge, welche die plastische Chirurgie erzielt. Plastische Operationen im Gesichte wurden sowohl im Orient wie im Abendlande schon in den Zeiten des Altertums gepflegt. Schon vor zwei Jahrtausenden gab Cornelius Celsus klare und anschauliche Vorschriften, Defekte im Gesichte durch Heranziehen der umgebenden Haut zu decken. Um die Mitte des 15. Jahrhunderts verbreitete sich die Nachricht, daß ein sizilianischer Chirurg namens Branca künstliche Nasen aus der Gesichtshaut bilde. Sein Sohn Antonius erweiterte die Kunst des Vaters, indem er die Nasen aus der Armhaut bildete und auch an den Lippen und Ohren Plastiken vornahm. Trotzdem sich die plastische Chirurgie in der zweiten Hälfte des 16. Jahrhunderts in Kalabrien und Bologna zu einer blühenden Kunst entwickelte, wurde sie später vollkommen vergessen. Erst am Ende des 18. Jahrhunderts erwachte sie zu neuem Leben auf die Nachricht hin, einem Indier, dem vom Sultan Tipyoo-Saëb die Nase abgeschnitten worden war, habe ein Künstler in Poonah

eine neue aus der Stirne gebildet. Das Prinzip der Plastik wurde nun auch bald angewendet, um nicht nur Nasen zu bilden, sondern auch Defekte an anderen Stellen zu verschließen. Das Genie der Chirurgen Graefe, Cooper, Dieffenbach u. a. hat seither eine ganze Menge von plastischen Operationen an den verschiedensten Organen erfunden und in die Praxis eingeführt. Mit ihrer Hilfe werden heutzutage bei narbigen Schrumpfung der Mundöffnung, bei Hasenscharten, bei bleibenden Umstülpungen der Lippen, der Augenlider, bei entstellenden Verwachsungen und Verziehungen durch Narben, Geschwülste u. dgl. die wunderbarsten Erfolge erzielt. Auf die Dienste, welche die Chirurgie mittels der Operationen beim Schielen, beim Zahnersatz und der Zahnerhaltung, mittels der orthopädischen Korrektur schlechter Haltungen, Verwachsungen, Verkrümmungen des Skelettes u. dgl. der Schönheitspflege leistet, sei nur so nebenbei hingewiesen.

Zu den vornehmsten Attributen der Schönheit gehört ein prächtiges Haar. Dem kindlichen Kopfe verleiht ein goldblondes, seidenweiches Gelocke Anmut, dem jungen Weibe eine herrliche üppige Haarfülle Zier und Reiz, die schönen grauseidenen oder reinweißen Haarsträhnen geben noch dem Antlitze der gealterten Frau den Ausdruck wunderbarer Vornehmheit und Würde. Unter solchen Umständen ist es begreiflich, daß unter den Fragen, mit welchen unser Rat eingeholt wird, zahlreiche lauten: Wie erhalte ich mein Haar, wie bewahre ich es vor Ergrauen, wie vor dem Ausfall, auf welche Weise

kann man es dichter oder länger machen? Andere wieder jammern: Wie kann ich mich von lästigen Haaren auf der Lippe oder auf dem Kinne befreien?

Die Gesamtzahl der Kopfhaare beträgt ungefähr 80.000, das Gewicht derselben bei Frauen 250 g und mehr. Man rechnet im Durchschnitte beim Manne auf 1  $cm^2$  Haut des Scheitels 171 Haare. Ihr tägliches Wachstum beträgt 0.2 bis 0.3 mm. Von den Kopfhaaren fallen täglich 38 bis 103 aus. Als Teilerscheinung der allgemeinen Altersveränderungen der Haut tritt die Kahlheit auf. Sie beginnt am Scheitel und greift nach und nach stirn- und nackenwärts um sich; oder der Ausgangspunkt ist die Stirn, die allmählich immer höher wird. Anfangs bleiben noch feine Härchen zurück, aber auch diese fallen allmählich aus, so daß die Haut ein blankes, glattes Aussehen, wie die Oberfläche einer Billardkugel, erhält. Nie ist diese Form der Kahlheit eine komplette, indem stets eine Randzone von Ohr zu Ohr behaart bleibt.

Bei den Mitgliedern mancher Familien tritt dieser Haarschwund, den man keinen krankhaften nennen kann, schon frühzeitig ein. Andere Leute verlieren ihre Haare durch krankhafte Veränderungen des Haarbodens, entweder bei fieberhaften Prozessen (Typhus, Scharlach, Rotlauf etc.) oder durch geschwürige Prozesse am Kopfe. Die häufigste Ursache des Haarverlustes ist die kleinförmige Schuppenbildung (Schinn). Die Kopfhaut sieht scheinbar normal aus, nur ein leichtes Jucken und die Schuppen, welche die Rockkrägen wie mit weißem Puder bestäuben, verraten das Leiden. Der Haarausfall

entwickelt sich ganz allmählich, anfangs regenerieren sich die beim Kämmen oder spontan ausgefallenen Haare, später übersteigt der Ausfall den Nachwuchs. Das Längenwachstum der Haare nimmt ab, sie werden dünner. Be trägt bei Frauen unter den ausgekämmten Haaren die Zahl der 16 cm langen mehr als ein Viertel der Gesamtzahl, so ist der Vorgang krankhaft.

In bezug auf die Ursache dieses Haarausfalles hat die Anschauung, daß sie eine parasitäre sei, viele Anhänger gefunden. Jedenfalls spielt die Übertragung eine große Rolle. Dementsprechend besitzt die Prophylaxe dieser Krankheit die größte Wichtigkeit. Selbst in wohl-situierten Häusern ist es häufig gebräuchlich, daß mehrere Personen denselben Kamm und dieselbe Bürste benutzen. Beide werden oft monatelang gar nicht gereinigt. Oft liegen die verschiedenen Personen gehörigen Frisiergeräte in einer gemeinschaftlichen Lade. Dadurch kommt es nicht nur zur Übertragung von Schuppen, ausgefallenen Haaren etc. von Person zu Person, sondern es kann sich auch ein heute gründlich gereinigtes Individuum morgen mit seinen eigenen krankhaften Produkten, die den Toilettegeräten noch anhaften, infizieren. Selbstverständlich gilt das in erhöhtem Maße für die Frisier- und Barbierstuben. Welche Geheimnisse eine solide, ehrwürdige, lange in Diensten stehende Barbierkopfbürste enthält, bleibe lieber unerörtert. Eine Bürste ist überhaupt schwer zu reinigen, deshalb verwende man nur ganz billige Bürsten, die man bald weg wirft und durch neue ersetzt. Aber auch die anderen Barbiergeräte, so z. B. die Heißluftapparate,

in welchen die Damen ihre Haare trocknen lassen, sollten stets gründlich gereinigt und desinfiziert werden, damit durch sie keine Übertragung stattfindet. Am ratsamsten ist es, daß jeder sein eigenes stets peinlich rein gehaltenes Frasiergerät besitze. Man verbiete dem Raseur, die beim Schneiden der Haare auf dem Kamme oder der Schere anhaftenden Haarschnitzel durch Pusten wegzublasen, weil dies sehr unappetitlich und ungesund ist, und verhalte ihn sich mit Abwischen der Instrumente zu behelfen. Es ist überhaupt zu empfehlen, nach jeder derartigen Operation eine gründliche Reinigung und Waschung des Kopfes vorzunehmen.

Ist aber der Haarschwund schon im Gange, so muß der Grundzug der Behandlung darauf gerichtet sein, die Ernährung der Haarwurzel zu heben. Dies geschieht durch Zuleitung einer kräftigen Blutströmung zu den erkrankten Gebilden mittels spirituöser Waschungen, Duschen, elektrischer Behandlungsmethoden und vieles andere mehr. Es gibt hiefür eine Unzahl mehr weniger geeigneter Mittel. Nach dem alten Satze, daß der Effekt der Behandlung im umgekehrten Verhältnisse zur Zahl der empfohlenen Mittel steht, ist der Haarschwund zu den hartnäckigsten Leiden zu zählen.

Wenn schon viele jammernd ihres Hauptes Zier dahinschwinden sehen, um wie viel unglücklicher fühlen sich erst die zahlreichen Damen, denen die brutale ein-sichtslose Natur die Oberlippe oder die Wangen mit einem leider allzu sichtbaren Haarflaume bedeckte. Zumeist ist die Anlage zu einer solchen abnormen Behaarung an-

geboren. Es ist aber zweifellos, daß ein geringfügiger Flaum durch viele Prozeduren, welche die Frauen häufig anwenden, um ihn zu entfernen, (Auszupfen, Abschneiden und Abbrennen, Abreiben mit Bimsstein, Rasieren, Enthaarungsmittel), immer schlimmer nachwächst, dichter und dicker wird. Ich habe die Erfahrung gemacht, daß viele übertriebene Mütter ihren Töchtern dadurch fürs Leben viel Leid verschafften, daß sie bei den jungen Kindern einen harmlosen Flaum, der nie viel schlimmer geworden wäre, derart zu bearbeiten begannen und somit die Ursache waren, daß sich das Übel arg verschlimmerte. Dringend und dringender heißt es dann beim Arzte: „Samiel hilf!“ Zur radikalen Beseitigung solcher Haare ist die Elektrolyse zu nennen. Diese besteht darin, daß der positive Pol einer galvanischen Batterie mittelst einer Schwammelektrode der Patientin in die Hand gegeben, der negative Pol mit einer dünnen Nadel armiert in den Haarbalg des zu zerstörenden Haares eingesenkt wird. Man läßt einen schwachen Strom solange einwirken, bis aus der Einstichöffnung reichlich Schaumbläschen aufsteigen. Ist die Haarzwiebel getroffen, so folgt das Haar dem leisesten Zuge. Die Methode ist sehr zeitraubend, aber für kleinere Stellen sehr geeignet. Zur Enthaarung größerer Flächen eignet sich nur die Röntgenbestrahlung, die aber manchmal die Bildung von roten Flecken bedingt. Andere radikale Behandlungsmethoden dieser Affektion gibt es nicht. Jedes andere Verfahren wirkt nur palliativ, d. h. vorübergehend, schädigt mit der Zeit den Teint und steigert den Nachwuchs.

Das Ergrauen der Haare beruht darauf, daß die Haarzwiebel ihre pigmentbildende Funktion verlieren. Dies geschieht normaliter im vorgeschrittenen Alter, unter besonderen Umständen aber auch in schweren Krankheiten, dann unter dem Einflusse von Angst, Schreck oder Verzweiflung. Bekanntlich soll Maria Antoinette innerhalb weniger Stunden ergraut sein. Eine Heilung dieser Affektion gibt es nicht. Es kann sich nur um Haarfärbungen mit vorübergehendem Effekte handeln. Am häufigsten wird das salpetersaure Silber und die Pyrogallussäure hiezu verwendet, die je nach der Konzentration braun oder schwarz färben. Zum Blondtärben benutzt man Wasserstoffsuroxyd in Verdünnung mit etwas Salpetersäure oder den Extrakt der persischen Hennapflanze.

Ich hätte noch vieles darüber, weiters über die Kosmetik der Augen, der Hände, des Mundes und vieles andere mehr zu besprechen. Die vorgerückte Stunde mahnt mich aber abzurechnen. Ich möchte nur zum Schlusse auf einen Punkt hinweisen. Nicht die Schönheit an sich, die schöne Gestalt, der schöne Teint, das schöne Haar allein machen es, sondern der Geschmack und die Fähigkeit, sich selbst zu pflegen. Es steht in der Gewalt einer jeden Frau, sich selbst Reize zu verleihen, ihre Bewegungen, ihr Lächeln, ihre Sprache anmutig zu machen. Das kann angeboren sein, aber auch anerzogen werden. Je mehr wir unsere Verstandes-, Gemüts- und Körperfähigkeiten ausbilden, um so mehr veredeln wir unsere Leibesform, unseren Gesichtsausdruck. Wir finden über-

all, wo die Menschen unter dem Einflusse günstiger Außenverhältnisse in heiterer, glücklicher Gemütsstimmung leben, nicht gequält, überangestrengt werden, besser und schöner entwickelte Körper als unter den entgegengesetzten Verhältnissen. Mit anderen Worten: Das Glück erwärmt das Herz, stimmt das Gemüt heiter, begünstigt die bessere Ausbildung der Körperformen. Glück ist demzufolge ein vorzügliches Schönheitsmittel. Leider kann der Arzt dieses Mittel nicht aus der Apotheke verschreiben. Dies kann er seinen Klienten nur wünschen.

#### **Benützte Literatur:**

Die dermatologischen und kosmetischen Fachwerke von Hebra, Kaposi, Finger, Eichhoff, Klenke sowie kunsthistorische und hygienische Aufsätze von Burckhardt, Lübke, E. Heyck u. a.

---

# ZOBODAT - [www.zobodat.at](http://www.zobodat.at)

Zoologisch-Botanische Datenbank/Zoological-Botanical Database

Digitale Literatur/Digital Literature

Zeitschrift/Journal: [Schriften des Vereins zur Verbreitung naturwissenschaftlicher Kenntnisse Wien](#)

Jahr/Year: 1908

Band/Volume: [48](#)

Autor(en)/Author(s): Freund Leopold

Artikel/Article: [Einiges über Schönheitspflege. 1-51](#)