



Privatissimum

Geheim-Briefkasten zum Einwerfen von Anfragen

Anfragen aus dem Leserkreis werden von der ärztlichen Leitung des „Schönheitssalons“ kostenlos (auch brieflich) beantwortet, wenn Rückporto beigelegt wird.

1. Frage:

Stimmt es, daß fette Kost für die Haut ungesund ist?

Antwort:

Was für den einen Menschen gesund ist, ist für den andern ungesund. Und was für den Gesamtorganismus gesund oder ungesund ist, ist es auch für die Haut. Magere Menschen brauchen meist — nicht immer — Fett in ihrer Ernährung. Andere wieder, welche an Magen- und Darmstörungen leiden, können Fett nicht vertragen. Das beste ist schon, daß jeder für sich ausprobiert, wieviel Fett gerade seinem Körper und seiner Haut am zuträglichsten ist. Im allgemeinen kann man sagen, daß eine Haut, die zu Mitessern und Pickeln („Finnen“) neigt, fettarm ernährt werden soll. Also, wenig Butter, wenig Gebratenes, dafür gekochtes und vorwiegend mageres Fleisch!

2. Frage:

Ist es gut für die Kopfhaut, Haare und Kopfhaut viel der Sonne auszusetzen?

Antwort:

Nicht unbedingt. Gut ist es wohl, den Haaren möglichst viel Luft zu vermitteln, vorausgesetzt, daß diese nicht zu feucht ist (Seeluft). Aber die Haare stundenlang der Sonne auszusetzen, vertragen nur die wenigsten. Haare und Kopfhaut werden dadurch sehr stark ausgetrocknet; also für Frauen, die schon an sich zu trockener Kopfhaut neigen, ist Vorsicht am Platze! Es ist ein alter Volksbrauch, die Haare von der Sommersonne morgens zwischen 7 und 8 Uhr im Wald oder im Garten bescheinen zu lassen. Daran ist etwas Richtiges. Denn die frische, leicht feuchte Morgenluft, zusammen mit der durch die Bäume gedämpften Wirkung der Sonne, die noch nicht hoch am Himmel steht,

ist sicher eine für die Kopfhautnerven wohltuende Mischung.

3. Frage:

Was kann ich dagegen tun, daß ich nach dem Genuß von Erdbeeren regelmäßig einen stark juckenden, sehr lästigen Ausschlag bekomme?

Antwort:

Gegen die Nesseln nach dem Genuß von Erdbeeren ist leider „kein Kraut gewachsen“. Es gibt Menschen, deren Körper überempfindlich gegen Erdbeeren ist, das ist eine bekannte Tatsache. Andere wieder vertragen keine Fische, andere keine Krebse. Die Zahl der Menschen, die eine bestimmte Ueberempfindlichkeit gegen irgendeinen Stoff haben, ist gar nicht so klein. Vielleicht ist es ein schwacher Trost, Leidensgenossen im Unglück zu haben.

Jedenfalls gibt es nur einen Rat: Keine Erdbeeren essen!

4. Frage:

Ich bin sehr schlank und trage dabei nur einen schmalen Strumpfbandgürtel. Man rät mir aber trotzdem, ein Mieder oder einen Hüftgürtel zu tragen, damit ich meine gute Figur behalte. Was soll ich tun?

Antwort:

Ihre Freundinnen haben recht! Sie sind schlank, haben offenbar schlanke Hüften und können es sich leisten, ohne Mieder zu gehen. Und doch, selbst wenn Sie viel Sport treiben, kann sich mit der Zeit ein Fettpolster in der Hüftgegend bilden, und es ist besser, durch ein enganliegendes Mieder dem vorzubeugen. Es darf kein Platz da sein, an dem ein Fettpolster sich absetzen könnte. Auch Ihre Kleider verlieren weniger die Form, wenn Sie irgendein Mieder tragen. Also bringen Sie wenigstens einen Teil des Tages Ihrer Eitelkeit dieses kleine Opfer... das bei gut angepaßtem Hüfthalter gar kein Opfer sein muß!