

Wie wirkt Schaum?



Daß er beim Waschen reinigt, ist jedem eine Selbstverständlichkeit. Warum nicht auch beim Zähneputzen? Der feinverteilte angenehm schmeckende KOLYNOS-Schaum dringt in die feinsten Zahnspalten — auch dahin, wo die feste Zahnpasta nie hingelangen kann. Machen Sie einmal den Versuch.

Der Erfolg spricht für die schaumwirkende

KOLYNOS

ZAHN-PASTA

Die deutsche Qualitätsmarke

genießen. Ein Glas Tomatensaft morgens auf nüchternen Magen ist ein ganz ausgezeichnetes — und billiges Schönheitsmittel.

Eine große Gruppe von Schönheitsfehlern und Unreinlichkeiten der Haut ist die direkte Folge gestörter Drüsen und Stoffwechsellätigkeit. Hiergegen sind die Obstsäfte ein direktes Heilmittel.

Die Schlankheitspropaganda der vergangenen Jahre hat viel Schaden angerichtet. Durch Hungern wird man nicht schön — sondern häßlich. Viele Menschen brauchen Fett, und es ist durchaus unsinnig, wie es häufig geschieht, Fett und Zucker gänzlich aus der Nahrung zu streichen. Wichtig ist allerdings, daß die Kost für viele empfindliche Menschen wirklich reizlos sei. Zuviel Kochsalz ist schädlicher als zuviel Butter. Es ist bekannt, daß zahlreiche Hauterkrankungen heute lediglich durch Änderun-

gen in der Diät geheilt werden. Die salzlose Kost spielt hierbei eine große Rolle.

Natürlich müssen hier immer der Arzt und die Hausfrau Hand in Hand arbeiten.

Starke Gewürze, Pfeffer, Paprika, scharfe Soßen sollten aus Schönheitsgründen immer am besten vermieden werden. Auch der Kaffee, so anregend und nützlich er auch manchmal sein mag, kann im Übermaß der Haut schaden.

Ein ausgezeichnetes, harmloses, bei uns zu wenig gebräuchliches Schönheitsmittel bilden Kräutertees. Es gibt Länder, in denen es absolut üblich ist, nach einer guten Mahlzeit eine Tasse Pfefferminz, Lindenblüten- oder Kamillentee zu trinken. Alle diese Tees sind ganz ausgezeichnet.

Die Wissenschaft des Tees erfreut sich auch bei uns immer größerer Beliebtheit. Das Neueste sind sogar Teewaschungen für die Haut — aber das ist ein Kapitel für sich.

*

Kleine Warnungen

Die ideale Lebensweise wäre: alles immer mit Maß gemessen.

Aber — der Wille ist gut und das Fleisch ist schwach!

Empfehlenswertes Kompromiß; jede Unmäßigkeit durch einen darauffolgenden Diättag auszugleichen.

Eine Frau bleibt bekanntlich neuerdings ewig jung.

Immerhin — wenn sie über 2×20 ist. Warnung vor übertriebenem Schlankseinwollen! Das Gesicht wirkt sonst leicht zehn Jahre älter als die Figur.