



## KOSMETISCHE RATSCHLÄGE

von Frau Dr. med. A. H.-M.

**FRAGE:** Meine Lippen sind stets außerordentlich trocken und deshalb, namentlich im Winter, immer aufgesprungen. Was tut man dagegen?

**ANTWORT:** Fetten Sie die Lippen mit einer farblosen (weißen) Lippenpomade, wie diese im Handel in Stangenform käuflich ist, ein. Tun Sie dies allabendlich und ein- bis zweimal im Laufe des Tages, besonders, ehe Sie im Winter ins Freie gehen.

**FRAGE:** Seit drei Jahren leide ich unter Frost an den Händen. Die Finger schwellen, sobald es kalt wird, an, sind häßlich blaurot, jucken und brennen.

**ANTWORT:** Tragen Sie dicke wildlederne oder wollene Handschuhe! Nehmen Sie nur warmes Wasser zum Händewaschen, trocknen Sie gründlich ab und fetten Sie die Hände stets gut ein! Ferner empfehlen wir Ihnen Wechselbäder, wobei Sie dem heißen Wasser Nußblätterabkochungen beisetzen können, und den Gebrauch einer Frostsalbe.

**FRAGE:** Mein Haar ist sehr fett; ich müßte es alle drei Tage waschen, damit es „sitzt“. Wie oft darf man sich das Haar, vom medizinischen Standpunkt aus betrachtet, waschen?

**ANTWORT:** Es ist keineswegs ratsam, das Haar häufiger als alle 8 bis 10 Tage zu waschen. Je öfter Sie es nämlich waschen, desto rascher fettet es nach. Benutzen Sie ein alkoholhaltiges Haarwasser — Alkohol entfettet gut — (Vorsicht Ondulation!) und nehmen Sie ab und zu eine Trockenhaarwäsche mit Haarpuder vor!

**FRAGE:** Ich habe von Natur aus sehr häßliche rote Bäckchen, so daß ich „wie vom Lande“ aussehe. Unmittelbar unter der Haut sind deutlich alle kleinen Aderchen sichtbar. Wie werde ich die los?

**ANTWORT:** Wir raten Ihnen, sich in ärztliche Behandlung zu begeben. Der Arzt zerstört diese wirklich ganz oberflächlich liegenden Blutgefäßchen mit hochfrequentem elektrischem Strom (Diathermie) unter geringem Schmerz in wenigen Sitzungen und völlig narbenlos.

**FRAGE:** Ich bitte um Rat, wie ich Sommersprossen im Gesicht und auf dem Handrücken fortbringen kann.

**ANTWORT:** Da Sie schreiben, Sie hätten verschiedene Präparate erfolglos angewandt, würden wir Ihnen raten, sich vom Arzt etwas verschreiben zu lassen, und zwar eine Wasserstoffsperoxydsalbe zum Auftragen und einen Sublimatspiritum zum Betupfen oder eine Sublimatsalbe und eine Wasserstoffsperoxydlösung. Außerdem kann Ihnen der Arzt einzelne große Stellen fortätzen. Jedenfalls aber raten wir Ihnen, keine Versuche auf eigene Faust zu unternehmen.

**FRAGE:** Ich habe sehr starke Fußknöchel; oberhalb der Ferse haben sich direkt Fettpolster gebildet.

**ANTWORT:** Wir empfehlen, mit der von Ihnen erwähnten Solutin-Salbe weiterhin regelmäßig zweimal täglich die Knöchel zu massieren. Erfolg können Sie erst nach mehreren Monaten merken. Ferner raten wir Ihnen, täglich lauwarme Fußbäder mit Staßfurter- oder Kochsalz zu nehmen.

**FRAGE:** Ich leide an roter Nase und unreinem Teint. Was kann ich dagegen tun?

**ANTWORT:** Gegen Ihre rote Nase raten wir Ihnen vorerst folgendes: ein-, zweimal täglich kühle Umschläge mit Alaun (1 Messerspitze auf ein Glas Wasser) auf die Nase; über Nacht Auftragen von Zinköl. Ihre Frage wegen des unreinen Teints ist zu unbestimmt. Haben Sie eine fettige Haut, Mitesser, Pickel oder was sonst?

## MEDIZINISCHE RATSCHLÄGE

von Dr. med. G. Z.

**FRAGE:** Ich leide seit Jahren an einem Muskelrheumatismus, der mich gerade im Spätherbst besonders belästigt. Hat es Zweck, ein für Rheumatismus geeignetes Heilbad auch im Herbst oder Winter aufzusuchen?

**ANTWORT:** Hier kommen in erster Linie Moor- und Schlamm-bäder in Betracht, die man in zahlreichen deutschen Kurorten mit sehr gutem Erfolg bei chronischem Muskelrheumatismus nehmen kann. Herbst- und Winterkuren sind nach ärztlichen Erfahrungen durchaus empfehlenswert, besonders im Spätherbst, da das Wetter dann im mittleren Deutschland am gleichmäßigsten ist und gleichmäßige Witterung für die Behandlung von Rheumatismus die günstigste Voraussetzung bildet. Außerdem kann man im Herbst und Winter in den Kurorten bedeutend billiger leben, zumal auch die Preise für die Kurmittel von den Verwaltungen in dieser Zeit herabgesetzt sind.

**FRAGE:** Bei meinem Vater, der 60 Jahre alt ist, wurde ein Blutdruck von 180 mm festgestellt. Ist der Blutdruck so hoch und wie hoch muß er sein?

**ANTWORT:** Ein gesunder 30- bis 40jähriger darf durchschnittlich 125 mm an der Quecksilbersäule des Manometers haben. Bei einem 50- bis 60jährigen dürfte der Durchschnitt ungefähr 150 mm sein. Aber die Schwankungen sind so groß und von so vielen Ursachen abhängig, daß nur nach langjähriger Erfahrung zu beurteilen ist, ob hoher Blutdruck im Einzelfalle wirklich das Zeichen einer schweren Krankheit ist. Vor allem ist hoher Blutdruck mit Arterienverkalkung keineswegs identisch.

**FRAGE:** Meine zehnjährige Tochter hatte neulich Pflaumen gegessen und darauf Wasser getrunken. Sie war danach mehrere Tage recht krank. Darf man nach Obstgenuß Wasser trinken?

**ANTWORT:** Die Meinung ist weit verbreitet, daß Wassertrinken nach Obstgenuß gesundheits- oder lebensgefährlich ist. Diese Ansicht hat aber nur eine gewisse Berechtigung. An sich kann man getrost Wasser auf Obst trinken. Aber ein Übermaß kann starke Beschwerden auslösen, über die im allgemeinen ein Einguß oder ein Abführmittel hinweghelfen kann. Jedenfalls ist die Angst vor der Einwirkung des Wassers auf Obst im Magen unberechtigt oder wenigstens übertrieben. Besser ist es selbstverständlich, man macht es umgekehrt und trinkt erst Wasser und ißt dann Obst.

**FRAGE:** Meine Frau hat zweimal entbunden, ist erst 30 Jahre alt, hat aber schon ziemlich starke Krampfadern, die sie zwar nicht sehr belästigen, sie aber vor allem aus Eitelkeitsgründen stören. Mir ist gesagt worden, man könnte dieses Leiden durch Operation oder ähnliches heilen.

**ANTWORT:** Die verdickten Gefäßröhren, die sich meistens an den Unterschenkeln bilden, entstehen zumeist bei Leuten, die viel stehen müssen, bei Frauen aber häufig nach Schwangerschaften. Oft sind die Blutgefäße schon von Kindheit an schlaff und neigen daher zur Erweiterung, wenn dem Blutkreislauf, wie es z. B. während der Schwangerschaft und Entbindung der Fall ist, mehr zugemutet wird. Diese erweiterten Gefäße oder Venen sind entbehrlich, da tieferliegende Gefäße ihre Funktionen übernehmen können. Man hat daher die Gefäße entweder operativ entfernt oder man hat sie zur „Verödung“ gebracht. Diese Methode wird neuerdings mit Vorliebe angewandt. Man spritzt direkt in die Venen Mittel ein, z. B. Traubenzucker oder Salzlösungen in bestimmtem Prozentgehalt, die den Kreislauf in diesen Gefäßen durch schnelle Blutgerinnung abschließen und die überflüssig gewordenen Gefäße zur Einschrumpfung veranlassen. Bei geschickter Technik ist dieser Eingriff ungefährlich und sogar ohne Störung des Berufes durchzuführen.