



KOSMETISCHE RATSCHLÄGE

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

FRAGE: Meine Poren an der Nasenspitze sind immer verstopft. Nach Entfernung des Inhalts durch Herausdrücken werden die Poren stets größer. Was kann ich dagegen tun?

ANTWORT: Entfernen Sie die Mitesser, jedoch nie zu viele auf einmal. Anschließend machen Sie etwa zehn Minuten lang Umschläge mit Alkohol (Eau de Cologne, Gesichtswasser oder dergl.) auf etwas Watte. Dadurch ziehen sich die Poren zusammen, jedoch werden sie natürlich nie wieder so geschlossen sein wie bei der kindlichen Haut. Nachträglich einfetten!

FRAGE: An den Beinen und Oberschenkeln habe ich lange, dunkle Haare, die mich sehr unglücklich machen.

ANTWORT: Es sind jetzt recht gute Enthaarungscremes im Handel. Ein Artikel „Das Haar — der Frauen Freud und Leid“, der für das Märzheft vorgesehen ist, gibt Ihnen ausführliche Antwort auf Ihre Frage.

FRAGE: Wie erhalte ich bei vieler Hausarbeit meinen guten Teint? Ich benutze Palm-Olive-Seife und Fettcreme.

ANTWORT: Da Sie mit Seife und Creme zufrieden sind, behalten Sie beides natürlich bei. Legen Sie die Creme des Morgens nach dem Waschen auf. Außerdem empfehlen wir Ihnen, zum Reinigen der Haut unter Tages- und besonders am Abend ein Gesichtswasser oder Öl, eventuell beides abwechselnd, zu benutzen.

FRAGE: Seit den letzten Jahren leide ich an pickligen Armen; besonders außen sind sie rot und rau.

ANTWORT: Behandeln Sie die Arme zweimal am Tage mit kaltem Wasser und einer Händewaschbürste. Diese darf erst weich, später ruhig hart sein. Als Seife können Sie, falls Sie mit dem Bürsten allein nicht zum Ziele kommen, hin und wieder eine feine Bimssteinseife benutzen. Die Haut muß aber dabei geschont und darf nicht aufgerieben werden.

FRAGE: Meine sonst auffallend schönen Haare sind neuerdings an den Spitzen gespalten. Ist dies das Zeichen einer Haarkrankheit?

ANTWORT: Sie können ganz beruhigt sein. Die gespaltenen Haarspitzen haben keinerlei weitere Bedeutung. Vor allem zeigen sie bestimmt keine Krankheit an. Bisweilen tritt diese Erscheinung bei besonders trockenem Haar auf, doch ist dies auch nicht unbedingt die Voraussetzung dafür.

FRAGE: Was haben die kleinen weißen Fleckchen, auch Glücksflecken genannt, an den Fingernägeln für eine Bedeutung und Ursache?

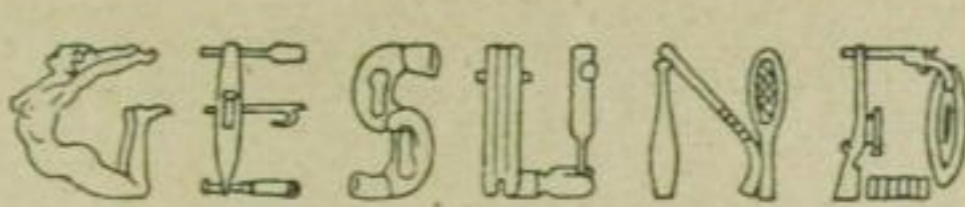
ANTWORT: Wie diese Flecken zur Bezeichnung „Glücksflecken“ kommen, ist unbekannt. Es sind Luftbläschen in der Substanz des Nagels. Sie rühren von kleinen Verletzungen desselben, wie sie beim Maniküren zustande kommen, her.

FRAGE: Meine spröden, rauhen Lippen stören mich wegen ihres häßlichen Aussehens. Auch verleiten sie mich zum „Knabbern“.

ANTWORT: Fetten Sie mit weißer, also unsichtbarer Lippenpomade die Lippen mehrmals am Tage, besonders ehe Sie ins Freie gehen, und auch vor dem Schlafengehen ein. Dadurch werden sie weich und geschmeidig, das „Knabbern“ wird Ihnen unmöglich gemacht.

FRAGE: Mir wurde Bürstenmassage zur Regelung der Verdauung empfohlen. Wie ist sie zu machen?

ANTWORT: Unter „Bürstenmassage“ versteht man die Massage mit einer Bürste. Dies kann eine Wurzelbürste sein, die man anfangs, bis die Haut daran gewöhnt ist, durch Anfeuchten weicher macht. Hier handelt es sich um eine Massage des Leibes, welche kreisförmig und unter gelindem Druck vorzunehmen ist. Am besten macht man sie morgens, bei Bedarf auch morgens und abends. Vorsicht, die Haut darf sich dabei nicht entzünden!



MEDIZINISCHE RATSCHLÄGE

von Dr. med. G. Z.

FRAGE: Ich hatte im Dezember 1925 einen Blutdruck von 100 mm und im Mai 1931 120 mm Hg. Wie ist das ärztlich zu beurteilen? Was bedeutet ferner die Blutsenkungsprobe, die der Arzt an mir vornahm?

ANTWORT: Aus der Veränderung des für einen erwachsenen Mann sehr niedrigen Blutdrucks sind an sich keine Schlüsse auf den Gesundheitszustand zu ziehen, zumal die Veränderung allein durch den Altersunterschied bedingt sein kann. Eine spezielle Beurteilung ist ohne genaue Kenntnis Ihres Gesundheitszustandes unmöglich. Auch aus den Ergebnissen der Blutsenkungsprobe sind direkte Schlüsse nicht zu ziehen. Jedenfalls läßt der Befund keinen Rückschluß auf einen bedenklichen Krankheitszustand zu. Bei der Blutsenkungsprobe handelt es sich um folgenden Vorgang: Blut, das aus dem Körper herausströmt, gerinnt alsbald. Die Blutplättchen und Blutzellen vereinigen sich zu einer festen Masse, aus der sich allmählich die sogenannten zelligen Elemente als fahlgelbe, ziemlich klare Flüssigkeit zu Boden senken. Aus der Veränderung der Senkungsgeschwindigkeit sind wichtige diagnostische Folgerungen über die Gut- oder Bösartigkeit mancher Krankheiten möglich und werden für diesen Zweck vielfach verwertet.

FRAGE: Es fällt mir auf, daß mein Sohn von 1½ Jahren gelegentlich schießt. Kann man dagegen etwas unternehmen?

ANTWORT: Im allgemeinen ist das Schielen bei so jungen Kindern nicht von erheblicher Bedeutung und verliert sich meist wieder. Allerdings wird sich, wenn auch nicht jetzt, so doch in einiger Zeit, eine fachärztliche Untersuchung empfehlen, ob irgendein Brechungsfehler im Auge vorliegt. Es stellt sich manchmal die Notwendigkeit heraus, schon ganz jungen Kindern Brillen zu verordnen; ob sie allerdings auch schon getragen werden, das hängt vom Temperament des einzelnen Kindes ab. Im dritten Lebensjahr gewöhnt sich das Kind meist ohne weiteres an die Brille, manchmal auch schon im zweiten.

FRAGE: Mein achtjähriger Sohn, der die Volksschule besucht, fängt neuerdings an zu stottern. Was kann man dagegen tun?

ANTWORT: Das Stottern zeigt sich öfter bei Kindern in den ersten Schuljahren und äußert sich zunächst meist darin, daß das Kind dem fragenden Lehrer keine zusammenhängende Antwort gibt, sondern steckenbleibt, Wort, Silben und Buchstaben wiederholt. Es handelt sich vielfach um Kinder, die aus einer nervösen Familie stammen. Nicht selten ist eine allgemeine Schwächung des Körpers vorausgegangen, wie z. B. durch eine Diphtherie- oder Scharlacherkrankung. Die Behandlung des Stotterns ist aussichtsreich, wenn sie richtig und rechtzeitig einsetzt. „Stotterer“ darf man nicht bestrafen, auch nicht durch „Hypnose“ heilen wollen. Die Heilmittel heißen „Geduld“ und „Übung“. Man soll diesen Kindern unter Führung eines erfahrenen Pädagogen oder Facharztes über die häufig die ganze geistige Entwicklung beeinträchtigende Störung hinweghelfen.

FRAGE: Meine zehnjährige Tochter litt neulich an einem heftigen Darmkatarh. Mir riet eine Nachbarin, ihr rohe Äpfel zu geben, das helfe sofort gegen Durchfälle. Kann man das in ähnlichen Fällen tun?

ANTWORT: Tatsächlich werden neuerdings akute Darmkatarre mit rohen Äpfeln behandelt. Die Kranken bekommen ein bis zwei Tage lang nichts weiter als geschälte, vom Kerngehäuse befreite und auf einer Glasreibe zerriebene Äpfel. Der Patient kann soviel Äpfel essen, wie er will. Meist wird diese Kost sehr gern genommen, und sie erfrischt dazu. Wahrscheinlich sind die in den Äpfeln vorhandenen Gerbsäuren, vielleicht auch die Vitamine, an der guten Wirkung beteiligt.