

# Ueber Haut- und Körperpflege.

Es unterliegt gar keinem Zweifel, daß trotz fortschreitender Intensivierung der Körperpflege, aus dem Verlangen heraus, sich möglichst jung und schön zu erhalten, speziell der Pflege der Haut noch immer nicht die Aufmerksamkeit gewidmet wird, die dieses so lebenswichtige Stoffwechselorgan verdient.

Jedenfalls wäre es vorteilhaft, wenn man nur einen Teil der Zeit, die z. B. der Bekleidungsfrage gewidmet wird, der Hautpflege opfern würde. Dieses natürliche Bekleidungsstück, die Haut, ist allerdings nicht so dem Verschleiß unterworfen wie die Garderobe, es hat die wunderbare Eigenschaft, sich immer wieder von selbst zu erneuern, ohne daß man sich sonderlich um es kümmert. Aber ungeachtet dessen verlangt gerade die Haut eine gewisse Pflege und eine richtige Ernährung, die einen besonders bedeutenden Faktor bilden. Sind diese nicht vorhanden, so zeigen sich im Laufe der Zeit allerlei Schäden, die am wirksamsten natürlich dadurch bekämpft werden können, daß man sie erst gar nicht auskommen läßt, d. h. also mit anderen Worten, man muß natürliche Hautpflege treiben.

Wer die Struktur unserer Haut kennt, weiß, wie ungeheuer viele feine Verästelungen, Ädern und Naderchen sie durchziehen. Würde man diese unzähligen feinen Kanäle, die sogenannten Speise- und Talgdrüsen, aneinanderreihen, würde deren Länge nach Kilometern zu zählen sein. Sie alle sind berufen, die Haut durch ständige Nahrungszufuhr klar und geschmeidig zu erhalten. Diesen Schweißdrüsen obliegt, wie ihr Name schon sagt, die wichtige Aufgabe, Schweiß abzusondern. Die Talgdrüsen dagegen haben den Zweck, die Haut durch Zufuhr von sogenanntem Hauttalg geschmeidig zu erhalten. Funktionieren diese Organe nicht richtig, so ist der Stoffwechsel gestört, und der Mensch fühlt sich krank.

Aus dieser kurzen Darlegung kann man schon ersehen, welche gewaltige biologische Bedeutung den Hautfunktionen zukommt. Die Hygiene lehrt, alle diese Einzelheiten zu beachten und genau zu studieren, während andererseits die Kosmetik zeigt, wie Schädigungen der Haut vorgebeugt werden kann bzw. Folgen von diesen Schädigungen, die von außen an die Haut herantreten, beseitigt werden können.

Will man erreichen, daß die Haut gesund bleibt, dann muß dafür gesorgt werden, daß man sich vernunftmäßig kleidet, d. h. Luft und Sonne müssen Zutritt zur Haut haben, denn die Haut lebt und atmet; wenn angängig, soll täglich ein Bad genommen und entsprechend viel Bewegung in frischer Luft vorgenommen werden. Ist letzteres aus irgendwelchen Gründen nicht möglich, so ist es angebracht, vor dem Bade eine kurze Zeit körperliche Übungen vorzunehmen.

Gibt man nicht der Haut den nötigen Schutz, so wird sie bald absterben, denn die verschiedenen Kräfte, wie Wind, Regen, Kälte, Schmutz, Staub, die eigene Hautabsonderung, die sie täglich bedrohen, werden in kurzer Zeit die Oberhand erhalten.

Einer ganz besonderen Pflege bedürfen natürlich diejenigen Teile der Körperhaut, die nicht durch Kleidung geschützt sind: Gesicht, Hände, Hals und Nacken haben den ganzen Ansturm der Feinde auszuhalten. Ihnen muß man daher eine besonders sorgfältige Behandlung zuteil werden lassen. Vor allem muß man darauf bedacht sein, die Haut nicht mit schlechtem, unzweckmäßigem Creme zu quälen und zu schädigen, wie dies leider heute nur zu oft geschieht. In den weitesten Schichten des Volkes besteht immer noch die irrierte Ansicht, der Morgen sei die richtige Zeit zur Reinigung und Behandlung des Körpers. Es liegt aber doch klar auf der Hand, daß die Zeit vor dem Schlafengehen die Zeit der guten und gründlichen Körperpflege ist und daß man zum mindesten die Teile säubern muß, die während des ganzen Tages allen den vielen schädlichen Einflüssen ausgesetzt waren.

Die üblichen Reinigungsmethoden bestehen bekanntlich in der Anwendung von Seife und Creme. In der Wahl von Seife und Creme soll man besonders vorsichtig sein und nur wirklich erstklassige und einwandfreie Präparate verwenden. Die Seife hat den Zweck,

die Poren der Haut zu öffnen und die auf der Haut sich festsetzenden Staubteilchen mechanisch zu entfernen. Hauptanforderung ist, daß die Seife absolut neutral ist, da bei Verwendung von sodahaltiger, d. i. alkalischer Seife, sie leicht spröde und rissig wird. Auch ein allzu häufiges Waschen mit Seife ist schädlich. Der Haut wird dadurch nämlich zu viel Fett entzogen, und die Haut braucht Fett. Es ist aber absolut nicht gleichgültig, was für ein Fett der Haut zugeführt wird. Das Idealste ist natürlich, ein Fett zu nehmen, das dem Hautfett verwandt ist, und man ist ja in der glücklichen Lage, ein solches Fett in dem Wollfett — Lanolin — zu besitzen. Auch hier gibt es selbstverständlich wieder Unterschiede, so daß beim Gebrauch und Kauf von Lanolinpräparaten Vorsicht geboten ist. Nur anerkannte Marken sollten verwendet werden. Die bei weitem besten und berühmtesten Lanolin-Präparate sind diejenigen mit dem „Pfeilring“, Produkte von Weltruf, die seit 30 Jahren im Handel sind und deren Güte und hervorragende Eigenschaften durch den Namen „Mit dem Pfeilring“ verbürgt sind. Eine Seife, die mit Lanolin überfettet ist, stellt geradezu die Idealseife für natürliche Hautpflege dar. Eine solche Seife ist im Handel unter dem Namen Lanolinseife mit dem „Pfeilring“. Verwendet man zu Bädern und Waschungen stets nur Pfeilring-Lanolinseife, so kann man sicher sein, daß infolge der Neutralität und Milde der Seife die Haut in keiner Weise angegriffen wird und stets klar und geschmeidig bleibt.

Wie schon oben gesagt, die Haut braucht Fett. Bei richtiger Ernährung wird es zwar im eigenen Körper produziert, von dem es den Talgdrüsen der Haut zugeführt wird, die es dann wieder durch die Haut absondern. Es ist selbstverständlich auch notwendig, der Haut von außen her Fett zuzuführen, da sie sonst leicht rau und spröde werden könnte. Das beste Fett, mit dem die Haut eingefettet werden kann, ist naturgemäß, wie schon oben gesagt, das Lanolin. In dem Lanolincreme mit dem „Pfeilring“ ist ein unvergleichliches, bis jetzt unübertroffenes Mittel zur natürlichen Pflege der Haut bekannt geworden.

Lanolincreme mit dem „Pfeilring“ ist aus echtem Lanolin, das wiederum aus Wollfett gewonnen wird, hergestellt; es wird von sachkundiger Hand verarbeitet und stets einer genauen Prüfung auf Qualität unterzogen. Es ist sparsam im Gebrauch und hat noch den großen Vorzug gegenüber anderem sogenanntem Lanolincreme, daß es nicht teuer ist. Lanolincreme mit dem „Pfeilring“ kann heute als ein wahrer Freund des Volkes bezeichnet werden.

Lanolincreme wird verwendet zur Pflege der Hände und des Gesichts nach dem Waschen, indem man ein erbsengroßes Stückchen in die gut abgetrocknete Haut einreibt. Es leistet nach dem Bade dem Körper bei der Massage vorzügliche Dienste, indem die Hautfunktionen in hervorragender Weise angeregt werden. Beim Rasieren ist ein Einreiben der Gesichtshaut mit dem Pfeilring-Creme sehr beliebt und schützt die Haut vor Reizung durch das Messer. In der Kinderstube leistet Lanolincreme mit dem „Pfeilring“ der zarten Haut der Babys die denkbar besten Dienste und sollte in keiner Kinderstube fehlen.

Alle diese Verwendungsmöglichkeiten verdankt der Pfeilring-Lanolincreme nur dem Umstand, daß das hochgereinigte Wollfett als organisches Fett von der Haut besonders leicht aufgenommen wird und sozusagen den natürlichen Hauttalg ersetzt, also den Funktionen der Haut entgegenkommt, im Gegensatz zu Präparaten, bei denen fettähnliche Produkte mineralischer Provenienz Verwendung finden. Es kann nicht genug gewarnt werden vor all den vielen Cremes, die besonders als fettlos angepriesen werden. Sie alle sind Feinde der Haut, die bei längerem oder kürzerem Gebrauch der Haut Schaden, sie spröde und rissig machen, was nicht so leicht wieder beseitigt werden kann. Wer also wirklich naturgemäße Hautpflege treiben will, der verwende nur Edelprodukte wie Lanolinseife und Lanolincreme mit dem „Pfeilring“.

Dr. P-y.