

haftes und beunruhigendes Leiden, aber für den Betroffenen oft ein sehr peinliches und unangenehmes Kennzeichen. Alle möglichen, mehr oder weniger gerechtfertigten Verdachtsgründe tauchen beim Erscheinen der roten Nase auf, unter denen wohl der unangenehmste, der nur in sehr seltenen Fällen begründete Zusammenhang zwischen roter Nase und Alkoholismus ist, denn es gibt viele Kranke mit roter Nase, die gar nicht oder so gut wie gar nicht Alkohol trinken, und umgekehrt.

Woher kommt die rote Nase, und wie kann man ihr entgehen? Die rote Nase entsteht durch eine Störung im Blutkreislauf der Hautblutgefäße. Diese Kreislaufstörungen der Haut entstehen vor allem an den Extremitäten, den Händen und Füßen, den Ohren und der Nasenspitze; weil diese Hautbezirke im Verhältnis zum übrigen Körper nur mangelhaft mit Blut versorgt werden. Man muß es sich so vorstellen, als wenn die Dampfheizung eines Hauses zwar den ersten und den zweiten Stock mit Wärme gut versorgt, aber die Heizungsrohre in den Dachkammern bleiben kalt und bekommen nicht mehr viel von dem wärmenden Strom.

Es kommt hinzu, daß die Nase besonders ungünstig daran ist, weil die Haut, die das Nasengerüst bedeckt, sehr straff auf ihre knöcherne oder knorpelige Unterlage gespannt ist, und weil schon hierdurch eine geringere Möglichkeit zur Blutversorgung der Haut gegeben ist.

Die grelle Belichtung der Haut durch Sonnenstrahlen ist nicht unter allen Umständen etwas Gutes! Das grelle Sonnenlicht ist für die Haut ein dauernder Schock, der schließlich zu einer Unerreg-

barkeit der feinsten Hautgefäße führt, die nicht mehr, wie im normalen Zustande, auf jeden Reiz mit Zusammenziehung und Erweiterung reagieren, sondern in einen Lähmungszustand geraten: das in den Gefäßen befindliche Blut staut sich, und die Haut erhält infolgedessen eine hochrote Färbung.

Die rote Nase, die durch das Sonnenlicht entsteht, ist im allgemeinen nur ein vorübergehender Zustand; meist rüstet sich die Haut zur Gegenwehr und erzeugt so reichlich Pigment, daß das Sonnenlicht auf einen Schutzwall stößt, der den schädigenden Einfluß auf die Gefäße hemmt. Oft aber, wenn die Hautgefäße — was gerade an der Nase besonders häufig eintritt — schon leicht geschädigt sind, bleibt die Rötung lange Zeit hindurch bestehen. Kälte, Wärme, Wind und Lichtstrahlen, künstliche Entfettung der Haut durch Seifen oder Wasser können die schon als abnorm anzusehende Schwäche der Hautgefäße der Nase noch fördern. Als innere Ursachen finden wir oft Magen- und Darmstörungen, Störungen des Kreislaufs, der inneren Sekretion, aber auch entzündliche Herde in der näheren Umgebung der Nase, wie Zahnerkrankungen oder Erkrankungen der Nebenhöhlen.

Wer vorsichtig ist, vermeidet es von vornherein, die gefährdete Nase einer zu intensiven Sonnenbestrahlung auszusetzen. Das Sonnenlicht ist zwar ein sehr wichtiger und nützlicher Helfer für die Gesundheit, aber im Uebermaß kann es gefährlich werden. Daher: die winterliche Nase, die sich jetzt neugierig und lichthungrig der Sonne entgegenstreckt, schön einfetten und erst allmählich und in kleinen Portionen an den Reiz der Strahlen gewöhnen!