

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Haushalts-Pfiffikus mit über 250 Koch- u. Backrezepten ...

Nowak, Elisabeth

Karlsruhe, [1949]

Hauptpflege

[urn:nbn:de:bsz:31-308539](https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:bsz:31-308539)

248. **Sonnenbrandöl** enthält 70 Teile Vaselineöl, 25 Teile Sesamöl, 2 Teile Lanolin, 0,5 Teile Thymol und 2—3 Teile Parfüm, wie Fichtennadelöl, Rosmarinöl oder Lavendelöl.

249. **Insektenabwehröl** besteht aus 85 Teilen Olivenöl, 2 Teilen Nelkenöl, 1 Teil Thymol; 2 Teilen Anisöl, 5 Teilen Eukalyptusöl und 5 Teilen Alkohol.

250. **Hautpflege.**

Scharfgewürzte Speisen können Hautausschläge verursachen. Reichliche Fettkost erhöht die Talgabsonderung des Gesichtes; sie ist bei einer bestehenden Neigung zur Hautverfettung einzuschränken. Die Reinigung der Gesichtshaut erfolgt durch tägliches Waschen mit kühlem Wasser und milder Seife. Man bevorzuge Regenwasser oder Schneewasser. Heißes Waschen erweitert die Poren und macht die Haut unschön. Benutzt man heißes Wasser, so sollte man kalt nachspülen. Bei sehr fetter Haut verwende man Gesichtsspiritus. Sehr trockene Haut bestreiche man mit Olivenöl. Den Fettglanz kann man durch mäßiges Pudern der Haut beseitigen. Bei trockener Haut empfiehlt es sich, in der kalten Jahreszeit eine fetthaltige Tagescreme zu verwenden. Jeder Fetteinreibung soll stets eine Reinigung mit Gesichtswasser vorangehen. Vor der Nachtruhe ist eine Reinigung mit Gesichtswasser und ein leichtes Pudern zulässig.

251. Eines der besten Gesichtswässer ist **Kölnisch Wasser**. Gutes Kölnisch Wasser darf nicht unter 80 % Alkohol enthalten. Der Rest besteht aus Geruchstoffen und Wasser. Gutes Kölnisch Wasser wirkt durch seinen hohen Alkoholgehalt desinfizierend auf kleine Wunden nach dem Rasieren. Das auf die Haut gebrachte Kölnisch Wasser verdunstet sehr schnell, wodurch reichlich Verdunstungskälte entsteht, welche besonders im Sommer angenehm erfrischt. Man stellt sich ein 90prozentiges Kölnisch Wasser her aus 930 g vergälltem Spiritus und 70 g Wasser. Als Duftzusätze verwende man Zitronenöl, Bergamotteöl, Pomeranzöl, Lavendelöl, Rosmarinöl, Kardamomöl, Pomeranzenschalenöl, Geraniumöl, Orangenblütenöl, Melissenöl und andere.

252. Für die **Mundpflege** verwende man ein gutes Mundwasser. Der Hauptbestandteil vieler Mundwässer ist Alkohol, dem erfrischende ätherische Öle beigegeben sind. Einige Tropfen Mundwasser in einem Glas Wasser reichen zur Mundreinigung.

253. Nach dem Genuß von Zwiebeln, Knoblauch u. a. kann man den vorübergehenden schlechten **Mundgeruch** durch Mundpastillen überdecken. Zwiebelgeruch verschwindet, wenn man einige Schluck Milch trinkt.

254. **Nasenröte** ist oft auf übermäßigen Alkoholgenuß zurückzuführen. Der Weintrinker erhält oft eine rote, während der Biertrinker eine blaue und der Schnapstrinker eine dunkelblaue Nase erhält. Unter Anleitung des Arztes kann man rote Nasen mit Röntgenstrahlen oder künstlicher Höhensonne behandeln. Man meide Tabak und Alkohol, sowie scharfe und stark gewürzte Speisen. Häufige kalte Fußbäder sowie kalte und heiße Duschen wirken ebenfalls günstig. Man stelle sich außerdem eine Einreibe aus folgenden Bestandteilen her, mit der man über Nacht die Nase einpinselt. 1,8 Teile Salizylsäure, 1,4 Teile gefällten Schwefel, 12 Teile Reisstärke, 5 Teile Kieselsäure, 11 Teile Talk und 120 Teile Weingeist.
255. Bei manchen Hautfehlern ist eine **Schälkur** zweckmäßig. Man kann diese durch ein mechanisches Verfahren erreichen, indem man die Hautunebenheiten durch energisches Abreiben mit Wasser und Marmorstaub, oder Bimssteinseife oder Mandelkleie bearbeitet. Nach einigen Wochen sind die Unebenheiten verschwunden. Man kann unreine Hautpartien auch durch künstliche Bestrahlungen behandeln. Die Augenlider und Lippen sind durch ein Einreiben mit Vaseline zu schützen. Zur chemischen Beseitigung der Hautunebenheiten eignen sich Einreibungen mit Zitronensaft, eine Lösung von 6 Teilen Schwefelblume und 9 Teilen Terpentinöl.
256. Gegen **Sommersprossen** schützen schattenspendende Hüte und häufiges Einreiben mit einer Sonnenschutzcreme. Vorhandene Sommersprossen können mit einer selbst herzustellenden Creme leicht beseitigt werden. Man vermischt 35 Teile Natriumperborat, 16 Teile Zitronensäure und 49 Teile Vaseline. Die Sommersprossenstellen reibt man täglich zweimal damit ein. Nach zirka 40 Minuten Einwirkungszeit wischt man trocken ab und pudert die Haut mit einem Gemisch aus 45 Teilen Talk, 30 Teilen Magnesiumperoxyd und 25 Teilen Zinkweiß. Auch Sommersprossenwasser wirkt zerstörend auf Sommersprossen, jedoch ist es nicht lange haltbar. 52 Teile Wasserstoffsuperoxyd, 21 Teile Borax und 48 Teile Paraffinöl werden mit 150 g geschmolzenem Lanolin, 50 g Vaseline und 48 g Zeresin vermischt. Wasserstoffsuperoxyd zerfällt in Wasser und Sauerstoff und zerstört beim Freiwerden den Farbstoff der Sommersprossen.
257. **Tätowierungen** entfernt man durch einfaches Abschälen der tätowierten Hautstelle. Durch Hitze oder Chemikalien bringt man die Haut zum Absterben. Man läßt auf die Tätowierung Wasserdampf von 100 Grad etwa 18—20 Sekunden einwirken. Die Umgebung der tätowierten Hautstelle muß durch gutes Einfetten geschützt werden. Durch die Hitze entsteht eine Blase, die aufgestochen schnell eintrocknet und abgezogen werden kann. Unter der Blase

bildet sich eine neue Haut ohne Tätowierung. Man kann aber auch die Tätowierung beseitigen, indem man auf die betreffende Stelle heißes Wasser bringt. Dieses schmerzhaftes Verfahren hat die gleiche Wirkung wie beim ersten Beispiel. Nach einer Behandlung mit verdünnter Salpetersäure, die man bis zur Gelbfärbung wirken läßt, schält sich die tätowierte Haut ohne Blasenbildung.

258. Über die Haut ragende, erbsengroße, hornige Geschwülste nennt man **Warzen**. Diese sind übertragbar, doch wird die Ansteckungsgefahr stark überschätzt. Man behandelt die Warzen mit rauchender Salpetersäure und entfernt die verätzten Schichten sofort mit einem scharfen Löffel. Die gesunde Haut ist vor der Behandlung mit Salpetersäure durch Auftragen von Vaseline zu schützen. Man kann die Warzen aber auch mit einer Mischung aus 4 g Salizylsäure, 2 g Milchsäure und 44 g Kollodium behandeln.

