

<b>Zeitschrift:</b>	Annalen der Elektro-Homöopathie und Gesundheitspflege : Monatsschrift des elektro-homöopathischen Instituts in Genf
<b>Herausgeber:</b>	Elektro-Homöopathisches Institut Genf
<b>Band:</b>	8 (1898)
<b>Heft:</b>	7
<b>Artikel:</b>	Reinlichkeit der Kopfhaut zur Erzeugung eines kräftigen Haarwuchses
<b>Autor:</b>	Fröhlich, Hans
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-1038569">https://doi.org/10.5169/seals-1038569</a>

### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 22.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Annalen der Elektro-Homöopathie

## und Gesundheitspflege

### Monatsschrift des elektro-homöopathischen Instituts in Genf

herausgegeben

unter Mitwirkung von Aerzten, Praktikern und geheilten Kranken.

Nr. 7.

8. Jahrgang.

Juli 1898.

Inhalt: Reinlichkeit der Kopfhaut zur Erzeugung eines kräftigen Haarwuchses. — Frühaufsteher und Langschläfer. — Das Schwitzen bei Infektionskrankheiten. — Korrespondenzen und Heilungen: Reuchusten, akute Dyspepsie, eiternde Geschwüre; Nierenleiden, Ozana; Eierstocksentzündung, Vaginalkugeln; Sehschwäche; Fibrom der Gebärmutter, Gebärmutterblutungen; Magengeschwür; Harnröhren- und Blasenentzündung; Flechten an den Händen; Dyspepsie, Rheumatismen. — Verschiedenes: Bismarck und Pirogoff; Klassische Prophezeiung.

#### Reinlichkeit der Kopfhaut zur Erzeugung eines kräftigen Haarwuchses.

Von Dr. Hans Fröhlich.

Wir entnehmen der „Schweizer. Frauen-Zeitung“ diesen sehr interessanten Artikel über Hygiene der Kopfhaut und der Haare, welchen wir unseren geneigten Lesern und namentlich Leserinnen nicht vorenthalten wollen.

Die erste und wichtigste Bedingung einer gesunden Kopfhaut und damit eines kräftigen Zustandes der Haardrüsen und des Haarwachstums ist Reinlichkeit derselben. Aus demselben Grunde, aus welchem wir keine gesunde, in ihren Thätigkeiten ungestörte und in ihrer Farbe fleckenlose Haut überhaupt erwarten dürfen, wenn dieselbe nicht gewaschen, gereinigt und zum Gegenstande der aufmerksamsten Sauberkeit gemacht wird, können wir auch Gleches nicht von einer vernachlässigten Kopfhaut erwarten. Und doch geschieht für die Kopfhaut am wenigsten, obgleich sie mehr als die haarlose Oberfläche der äußern Haut zur Ansammlung von Unreinigkeiten geneigt ist, weil die Haarbedeckung nicht nur den direkten Zugang des Auges und der Hand zu ihr, auch den Ausdünstungs- und Absonderungs-

stoffen der Ausdünstungs-, Del- und Talgdrüsen den Fortgang durch Verdunstung und Abreibung erschwert, sowie das Anhaften, Ankleben und Festsitzen der festen Absonderungsstoffe nebst der Oberhautabschuppung und des äußern Staubes begünstigt, sondern auch, weil der gesunde Haarwuchstrieb ein regeres absonderndes Leben in den anderen Drüsen der Kopfhaut bei vermehrtem Zuflusse des Blutes in den feineren Gefäßnetzen hervorruft, wodurch also die Kopfhaut im ganzen reichlicher absondert und auf ihrer Oberfläche unter den Haaren die nicht verflüchtigten Stoffe absetzt. Wir wissen ja, daß Kinder, wo der Haarwuchs am kräftigsten ist, auch am Kopfe stärker ausdünsten, und mehr Hauttalz und Oberhaut abscheiden, also auch mehr Schmutz absetzen als Erwachsene und deshalb ihre Kopfhaut öfter gereinigt werden muß, wenn sie nicht in kurzer Zeit förmlich überkrusten soll, und daß Kahlköpfe fast gar nicht ausdünsten und Fett absondern, weil der Antrieb des Haarwuchses und damit der Salzfluß auch für die anderen Hautdrüsen nachgelassen hat.

Es ist eine auffällige Erscheinung und nur durch Unkenntniß in der richtigen körperlichen Erziehung oder durch Familien-Unsauberkeit

überhaupt erklärbar, daß unzählige Menschen, welche, sonst durch Eitelkeit oder gesellschaftlichen Zwang veranlaßt, ihrer sichtbaren oder auch unter den Kleidern verborgenen Haut eine aufmerksame Reinerhaltung widmen, für dieselbe Klarhaltung ihrer behaarten Kopfhaut so gut wie gar nichts thun und derselben genug Sorgfalt erwiesen zu haben glauben, wenn sie morgens beim Waschen des Gesichtes mit den benäßten Hohlhänden nur die Haare naß machen, oder im Bade den Kopf einmal untertauchen und oberflächlich abreiben. Die Haut selbst wird dadurch ebensowenig gereinigt, wie das Fell eines Pelzes, der vom Regen befeuchtet ist. Das weibliche Geschlecht hat überhaupt eine große Scheu vor Nässe der langen Haare, weil sie nicht so leicht wieder zu trocknen sind, und es pflegt daher auch beim Baden die Haare in einem Knäuel fest und unter eine wasserdichte Wachstafettmütze zu stecken und den Kopf so wenig als möglich ins Wasser zu bringen. Nur bei wenigen Frauen und Männern finden wir, daß ihre Kopfhaut denselben Grad der Klarheit und Reinlichkeit zeigt, wie ihre übrige Haut. Bei den meisten aber wenn man ihr Haar zertheilt und auf den Grund blickt, erkennt man Schuppen von Schmutz aus den von der Verdunstung zurückgebliebenen Fett- und Schweißresten mit Schuppen und Staub gemischt, und ein Engkamm würde nach wenigem, gründlichem Streichen mit dieser halbweichen Schmutzmasse ganz gefüllt werden. Nur gelegentlich, und das heißt bei vielen Personen alle halben Jahre oder alle drei Monate, oder nach einem heißen, staubigen Sommer, einer Reise, einem Wochenbette oder zur Hochzeit u. s. w., läßt man sich die Haut einmal „abkämmen“ und glaubt nun vorläufig genug gethan zu haben. Diejenigen Personen, welche sich frisieren lassen und die „Kopfhautreinigung“ mit im Kontrakt haben, stellen sich

bei gewissenhaften Zofen oder Friseurs noch am besten, und ihr schönes Haar zeugt von der Förderung des Haarwuchses, also der gesunden Kopfhaut, aber die meisten werden, wenn sie nicht noch andere Reinigungsmittel unter persönlicher Beihilfe unternehmen, im Glauben an die völlige Klarheit ihrer Kopfhaut von dem frisierenden Gewerbepersonal getäuscht. Das Kämmen mit dem Engkamm allein, und wenn es alle Morgen geschieht, genügt nicht; es entfernt nur die Niederschläge, Schuppen- und Staubansätze von Haut und Haar, aber öffnet die Poren nicht von ihrem Schmutz, erreicht die Niederschläge nicht in den Drüseneingängen, nicht den feinen, durchsichtigen, deshalb nicht sichtbaren, aber fest aufliegenden, erhärteten, wasserdichten Fettbeschlag der Haut. Außerdem ist ein öfteres Kämmen der trockenen Kopfhaut mit dem Engkamm infofern für die zarten Haardrüschen zu sehr reizend, als es eigentlich ein Abschaben und Abkratzen ist, und nicht selten rothe Stellen, sogar blutige Spuren und Brennen zurückläßt, wo die Schmutzschuppe nicht sogleich nachgeben und folgen wollte. Wenn man bei sonst gesunder Kopfhaut zu Zeiten ein Prickeln und Jucken und Bedürfniß zum Kratzen spürt, so ist dies immer ein Zeichen, daß die Drüschen der Kopfhaut durch irgend welche Ursache in einem gereizten Zustande sich befinden, und hier hilft kein Kratzen, Scheuern und Kämmen, welches gewöhnlich dagegen und in der Meinung, daß man Staub auf dem Kopfe habe, in Anwendung gebracht wird, aber die Reizung nur vermehren und die Haardrüschen krank machen könnte; hier hilft nur das einzige wahre Hautreinigungs-, Hautpflege- und Haarverschönerungsmittel, die Abwaschung.

Ohne Abwaschung der Kopfhaut ist es nicht möglich, dieselbe gesund, mithin auch die Haare in kräftigem Wuchse zu erhalten. Es herrscht

in Vorurtheil im Publikum gegen das Waschen des behaarten Kopfes, früher vielleicht unterstützt von beschränkten Aerzten, und man bildet sich u. u. dadurch Schnupfen, Rheumatismus, Augenentzündungen u. s. w. hervorufen zu können. Wo allerdings kränkliche Menschen, verweichlichte Schwächlinge und neuralgisch-krämpfchaste Personen gemeint sind, da hat der Arzt das Gegentheil zu erwägen. Weichlinge müssen allmählich am Kopfe abgehärtet, Verwöhnmungen desselben in zu warmer Bekleidung, Wasserscheue u. s. w. nach und nach und mit Vorsicht in richtige Zustände übergeleitet werden. Wo die Kopfwaschung zumal Erkältung zur Folge gehabt haben könnte, war nicht die Waschung, sondern die unverständige Weise schuld, indem man plötzlich damit und zwar mit kaltem Wasser begann, oder sich bei und nach der Waschung nicht richtig verhielt.

Wir bewundern das prächtige, ausdauernde Haar der Engländer und namentlich des weiblichen Geschlechtes in den besseren Ständen, und sind gerne geneigt, dasselbe für eine nationale Eigenschaft zu halten; es ist aber vorzüglich die Folge ihrer ausgebildeten, die ausgezeichnete Gesichtsfarbe bedingenden Hautkultur, die sich auch mit grösster Aufmerksamkeit auf den Reinlichkeitsstand der behaarten Kopfhaut erstreckt und in dem ersten aller Reinigungsmittel, der Waschung, besteht. Wer Gelegenheit hat, betrachte nur einmal unter den Haaren die Haut dieser Reinlichkeits-Kulturmenschen; man verfolge die Linien ihrer Scheitel, wie klar, rein, schmutzlos, frisch und geruchlos ist diese Haut, wie tritt jedes Haar wie ein glänzender Seidenschaft aus dem milchfarbigen Boden. Waschung der Kopfhaut, nicht des Haares allein, heißt der Grundsatz für alle, die ein schönes Haar erhalten wollen. Darin verstehen es die Mädchen und Frauen mit dem

oft so langen, dichten Haar in der Jugend und dem geborgten Schweife im dreißigsten Jahre, daß sie das Haar zwar rein und blank halten, nicht aber die Kopfhaut ebenso behandeln, wie die Haut des Gesichtes und des Nackens, und es ist oft höchst naiv, wie si selbst haarwuchsbesfördernde Pomaden, in der Angst vor Zunahme des begornten Ausfalls ihres Haares, oberflächlich oder in die gelösten Flechten und Schweißstränge einreiben, statt das Haar an seinem Ursprunge zu tüften und die entblöste Kopfhaut zu reinigen.

Wie soll aber eine Waschung geschehen? Mindestens jede Woche einmal soll die Kopfhaut gewaschen werden. Dies geschieht am zweckmäßigsten des Abends, wenn man nicht mehr ausgeht und die Nachtmütze auf die Waschung folgen lassen kann. Es ist nämlich durchaus wichtig, daß die Haut alsdann nicht einer starken Verdunstung durch freie Luft ausgesetzt und auch nicht durch Einfrieren, Druck und Flechtung des Haares an der völligen Austrocknung gehindert wird. Die Prozedur ist aber folgende: Man löst das Haar aus allen Fesseln und Einzwängungen der Frisur und kämmt es mit dem breiten Ende eines gewöhnlichen Frisierkammes naturwüchsig zu beiden Seiten und am Hinterkopfe nieder. Ist auf diese Weise das Haar lang um den Kopf gestrahlt und geschlichtet, dann wird es mit einer guten, nicht zu weichen, aber auch nicht zu harten, fettlosen Bürste ausgebürstet, indem man auf der Kopfhaut jedesmal ansetzt und über sie fortstreichend, in die einzelnen, gesonderten Schweife (Strahlen) niederbüsstet und die später angegebenen Handgriffe dabei übt, die der Zerrung vorbeugen. Ist dies geschehen und das Haar rein und blank, dann beginnt man die Waschung der Kopfhaut indem man das Haar mit den Fingern auf der jedesmal vorzunehmenden Hautstelle zerlüftet und

diese mit einem Stückchen Flanell, welches in lauwarmes Wasser<sup>1)</sup> getaucht und mit nicht scharfer Seife, am besten mit der bekannt sehr milden und hautreinigenden Okis Wörishofener Tormalinseife<sup>2)</sup>, abwechselnd mit Eigelb, also eine Woche einmal mit Seife, die andere Woche ebenfalls nur einmal mit Eigelb, bestrichen ist, sanft einreibt, bis ein leichter Schaum entsteht. So geht man weiter von Stelle zu Stelle, bis die ganze Kopfhaut abgesieft ist. Man soll sich daran gewöhnen, das Wasser nur sehr mäßig warm zu nehmen, daß es nicht das Gefühl der Kälte erregt, was für jeden Kopf individuell ist, und je mehr man sich des kalten Wassers bedienen kann, desto besser wird dieses zur Abhärtung der Kopfhaut und überhaupt der Gesundheit des ganzen Kopfes dienen. Ist nun die Einseifung oder Einschäumung mit Eigelb geschehen, dann hält man den Kopf über ein hinreichend großes Becken und läßt mit einem Schwamm, noch praktischer mit einem Flanelllappen, die Kopfhaut und das Haar völlig auswaschen. Hat man Seife gebraucht, so muß diese gänzlich aus dem Haar und der Haut entfernt und das Wasser so lange erneuert werden, bis es keine Seifentheile mehr zeigt. Nehm man Eigelb, welches vorher möglichst von Einweizbeimischung befreit sein muß, so ist es solange zu waschen, daß die Haare nichts Klebendes vom Eigelb behalten, aber noch weich und sanftig anzu fühlen sind. Nun beginnt das Abtrocknen, zunächst der Kopfhaut, dann der Haare, ohne heftige Reibung und Zerrung, mit einem weichen Handtuch, aber schnell und bis zu möglichster Trockenheit. Eine sanft aufgesetzte, nicht fettige Bürste, die man zu diesem Zwecke

<sup>1)</sup> Welchem man sehr gut etwas Sternhaarwasser befügen kann (die Redakt. der Annalen).

<sup>2)</sup> Hinzu eignet sich ebenso sehr unsere Rothe Seife (die Redakt. der Annalen).

am besten doppelt besitzt, um die feucht gewordene durch eine andere, trockene nöthigenfalls zu ersetzen, hilft nun das Haar noch mehr zu trocknen, welches jetzt mit einem weiten Kämme noch einmal gehörig ringsum nach unten gekämmt und gestrahlt, dann bis zum späteren Niederlegen lang im natürlichen Falle hängen gelassen wird, während der Kopf selbst als Bedeckung nur einen leichten Schleier erhält, den man einfach und nicht doppelt eingeschlagen über den Kopf schlägt und unter dem Kinn sanft einschürzt. Sind die Haarschweife nun mehr unter Vermeidung aller freien und Zug lust in einem geschützen, aber auch im Winter nicht zu heißen Zimmer getrocknet, dann werden sie ohne Band, Flechtung und Wicklung locker in eine Lage geschürzt oder umgeschlagen, daß ein Nachthaubchen sie festhält, wenn man sie über Nacht nicht hängen lassen will, was, wie es in England so oft geschieht, den Haaren ebenso wohlthätig ist, wie einem Lastthiere die Ausspannung aus dem Geschirre oder einem Gefangenen die zeitweise Abnahme der Fesseln.

Nun beginnt am andern Morgen die Haar toilette nach der kosmetisch und diätetisch richtigen Weise. Hatte man am Abend vorher mit Seifenwasser gewaschen, so ist es bei fühlbar fettlosem, spröde anzufühlendem, nicht glänzendem Haar als Zeichen, daß die Seife nicht ganz ausgespült worden ist, erlaubt, ein sehr wenig Mandelöl oder gute Pomade anzu bringen<sup>1)</sup>, welche aber zuvor zwischen beiden Hohlhänden völlig zertheilt und dann von den nur eben fettigen Handflächen auf Kopfhaut und Haar sanft übertragen wird, so daß das Haar nicht fettig, sondern nur mäßig glänzend erscheint. Natürlich fettiges Haar bedarf keiner Pomade, auch das bei der Waschung benutzte

<sup>1)</sup> Am besten unsere Rothe Salbe (die Redakt. der Annalen).

Eigelb lässt die Haare immer weich und geschmeidig. Wer diese Waschung der Kopfhaut und Haare regelrecht und gewohnheitsmäßig ausführt, wird es nicht bereuen, sich dieser kleinen Unbequemlichkeit zu Gunsten der Verschönerungskunst unterworfen zu haben und durch ein schönes, kräftiges, glanzvolles und ausdauerndes Haar belohnt werden.

(Schweizer. Frauen-Zeitung).

## Frühaufsteher und Langschläfer.

Die früh aufstehenden Leute haben das günstige Urtheil für sich, sie seien die Geweckten, Aktiven, die Freunde der Arbeit. Die Langschläfer gelten für träge. Der Frühaufsteher rühmt sich in der Gesellschaft, der Langschläfer heuchelt, auch er sei mit der Sonne (natürlich im Sommer!) auf, oder schweigt. Die Frühen haben die Kunst der öffentlichen Meinung benutzt, um Tyrannen der Langschläfer zu werden; sie haben verbindliche Thesen aufgestellt und Sprichwörter erfunden, von denen das Gewissen der Langschläfer jeden Augenblick getroffen werden kann. Kant sagte, die Menschen sollten acht Stunden schlafen; ein schweizerisches Sprichwort behauptet: „Wer länger schlief als sieben Stund, verschlief si Lebtig menge Fund.“ Und die Morgenstunde mit dem Gold im Munde kennt jedermann. Uns ist diese Poesie schon in der Schulzeit als etwas erzwungenes vorgekommen, da wir aus den Worten kein gefälliges Bild zusammenbringen konnten, und die Zahl sieben im schweizerischen Sprichwort scheint uns mehr des Metrums als der Wahrheit wegen Aufnahme gefunden zu haben. Außerdem ist es mit dem Gold der Morgenstunde eine eigene Sache. Der Tüchtige wird wohl etwas rechtes zustande bringen, wenn er sich früh an die Arbeit macht, der Uneschickte aber begeht gewiß am Morgen nicht minder

Dummheiten als im Laufe des Tages und so würde er besser liegen bleiben. Don Quixote war ein gewaltiger Frühaufsteher, worin allerdings ein Vortheil lag, wenn auch nicht für ihn, so doch für uns, indem wir uns jetzt an einer größeren Zahl seiner Thathandlungen ergötzen.

Eine Behörde hat die Frage zu entscheiden, ob an einer Schulanstalt der Unterricht im Sommer morgens 6 oder 7 Uhr zu beginnen habe. Ein Herr von Ansehen, welcher immer frühe aufsteht, tritt mit allem Nachdruck für die erste Stunde ein, man müsse die jungen Leute nicht zur Trägheit erziehen. Die anderen Herren wollen nicht den Schein auf sich ziehen, als ob sie Langschläfer seien und sie verlegen den Beginn der Schule auf 6 Uhr morgens. Da das Sommersemester sich in den Oktober hineinzieht, so können die Schüler während einiger Wochen in der ersten Unterrichtsstunde noch bei der Lampe arbeiten, und ob der genossene Schlaf ein genügender gewesen, wird nicht näher geprüft. Ob man übrigens die jungen Leute mit gutem Erfolg zum Frühaufstehen erziehen könne, ist für mich bis heute zweifelhaft geblieben. Schon lange war ich im Stillen überzeugt, daß die Individuen sich in Bezug auf den Morgenschlaf verschieden verhalten und ich habe nicht gefunden, daß Frühaufsteher und Langschläfer sich hinsichtlich der Arbeitsleistungen immer von einander unterscheiden. Ich kenne einen Mann, der sechs Jahre lang während seiner Studienzeit täglich (Sonntags ausgenommen) im Sommer um  $\frac{1}{2}$  6, im Winter um 6 Uhr aufstehen mußte, er hat sich niemals gut dabei befunden und ist nach wie vor ein Langschläfer geblieben. Ich kenne einen andern der an 5 Wochentagen während des Tages seine regelmäßige Bureauarbeit besorgt, an einem Tage entweder frei ist oder nur eine Dienststunde von 6—7 Uhr