

**Zeitschrift:** Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift  
**Herausgeber:** Pestalozzigesellschaft Zürich  
**Band:** 36 (1932-1933)  
**Heft:** 7

**Rubrik:** Aerztlicher Ratgeber

### **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:** 12.02.2026

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

— ich tat, als ob ich nichts gesehen und gehört hätte. Aber ich hatte etwas gesehen. Ich hatte meine Großmutter gesehen. Sie saß am Fenster im ersten Stock — verflucht, dieses Fenster! — und hatte alles beobachtet. Sie wartete mit starrem Gesicht. Sie wartete, daß ich meinen Bruder verteidigen würde. Sie wartete vergeblich. Der Junge ging pfeifend mit dem Stock weg.

Dick lief auf seinen dicken Beinchen nach Hause, wo ihn die mitleidige Köchin in Empfang nahm, und ich folgte zögernd. Im Vestibül kam mir meine Großmutter entgegen. Sie sagte kein Wort. Sie sah mich nur an, eine Sekunde den Kopf schüttelnd. Sie hatte uns sehr lieb — aber das hätte sie nicht tun dürfen. Erwachsene wissen so oft nicht, was sie mit einem einzigen Wort, einer Gebärde, einem Blick im Herzen eines Kindes zerbrechen können.“

Phil unterbrach sich durch ein Hüfteln und beendete dann seine Erzählung.

„Ich habe diesen Blick niemals vergessen können. Und also auch nicht, was diesen Blick aus den treuen, lieben Augen hinter den dicken Brillengläsern verursacht hatte: Ich war feige gewesen. Ich hatte das Ärgste getan, was ein Mann überhaupt nur tun kann. Wollt Ihr behaupten, daß das nichts zu bedeuten hat? Es bedeutet alles im Leben eines Mannes. Die Erinnerung sticht und brennt — dies ist bei weitem meine tiefste Schande. Denke ich daran, so leide ich ebenso qualvoll wie unter jenem stillen Blick ...“

Die Frau erhob sich und ging auf ihn zu. Sie mußte auf den Zehenspitzen stehen, um ihn auf die Stirn zu küssen. Dann sagte sie mit zitternder Stimme:

„Du hättest das nicht erzählen sollen!“

(übersetzt von Willy Blocher.)

## Ärztlicher Ratgeber.

Von Dr. W. S.

### Die Verhütung des Haarausfalles.

Bei der Beurteilung aller den Haarwuchs fördernden Maßnahmen ist zu beachten, daß im allgemeinen das Haarwachstum an symmetrischen Stellen gleich ist und in direktem Verhältnis zum Durchmesser der Haare steht. Alter, Geschlecht und Haarfarbe sind hier von unwesentlichem Einfluß. Bemerkenswert ist, daß in den exakten Versuchen festgestellt werden konnte, daß das wiederholte Schneiden der Haare oder Rasieren keine Änderung im Längenwachstum oder in der Dicke des Einzelhaares herbeiführt. Was die Verhütung des Haarausfalles anlangt, so kommt es auf die Ursache an. Die wichtigsten Ursachen sind der Haarausfall infolge übermäßiger Talgabscheidung und infolge des Alters. Die Verhütung besteht in geeigneter Pflege des Haares und des Haarbodens. Diese Pflege hat möglichst frühzeitig einzusetzen. Bei Knaben ist das regel-

mäßige Kurzscheren des Kopfhaares zu empfehlen, um auf diese Weise ein besseres Sauberhalten der Haare zu erreichen. Jede Woche soll das Haar mit flüssiger Kaliseife oder mit überfetteter Seife gewaschen werden. Bei den Mädchen ist das häufige Waschen nicht so notwendig; zur Entfernung des Staubes soll es aber täglich trocken gebürstet werden. Ist das Haar sehr fett, so ist die Behandlung mit spirituösen Haarwässern am Platze. Ist das Haar zu trocken, so kann es mit Salben eingerieben werden. Ist der Haarausfall nach schwächenden Krankheiten eingetreten, so ist eine Hebung des Allgemeinbefindens durch allgemeine Maßnahmen zu empfehlen. Diese richten sich nach der Konstitution des Patienten und je nachdem es sich um schwächliche, unterernährte oder nervöse Personen handelt. Stärkungsmittel, Diät, unter Umständen Massage und Gymnastik verbessern den Allgemeinzustand und dienen zur Herstellung besserer Ernährungsverhältnisse.

Redaktion: Dr. Ernst Eschmann. Zürich 7, Rütlistr. 44. (Beiträge nur an diese Adresse!) Unverlangt eingesandten Beiträgen muß das Rückporto beigelegt werden. Druck und Verlag von Müller, Berder & Co., Wolfbachstr. 19, Zürich.

Insertionspreise für Schweiz. Anzeigen: 1/4 Seite Fr. 180.—, 1/2 Seite Fr. 90.—, 1/4 Seite Fr. 45.—, 1/8 Seite Fr. 22.50, 1/16 Seite Fr. 11.25 für ausländ. Ursprungs: 1/4 Seite Fr. 200.—, 1/2 Seite Fr. 100.—, 1/4 Seite Fr. 50.—, 1/8 Seite Fr. 25.—, 1/16 Seite Fr. 12.50

Wenige Anzeigenannahme: Aktiengesellschaft der Unternehmungen Rudolf Mosse, Zürich, Basel, Bern und Agenturen.