

Zeitschrift: Die Frau in der Schweiz: illustriertes Jahrbuch für Frauen-Bestrebungen
Herausgeber: [s.n.]
Band: - (1932-1933)
Heft: 5

Artikel: Ueber die Haarpflege
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-327601>

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: 15.01.2026

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

Eine vernünftige Bewegung schadet den Kranken mit «offenen Beinen» und Krampfadern durchaus nicht; wenn richtig dosiert, ist die Bewegung geradezu Heilmittel. Wie viel man erlauben darf, muss streng am einzelnen Fall studiert werden.

Das übermässige Anwenden von Binden habe ich seit Jahren in meiner Praxis bekämpft, weil alle Bandagen die muskulösen Elemente ebenfalls auf die Dauer schwächen.

Ein Hauptgewicht legt die homöopathische Heilmethode nebst den soeben mitgeteilten Verhaltensmassregeln auf die innere Behandlung bei allen diesen Leiden, und sie leistet da in der Tat bei allen Formen von Beingeschwür, Krampfadern, Venenknotten, Venenentzündung usw. ganz Hervorragendes.

Ueber die Haarpflege.

Ein volles und weiches Haar ist eine schöne Zier. Zur Erlangung eines schönen und vollen Haarwuchses braucht es entsprechende Pflege. Haarausfall, wie frühzeitiges Ergrauen, sind oft nur Folgen einer ungenügenden Pflege.

Um den Haarboden gesund zu erhalten, muss das Haar öfters gewaschen werden. Eine gründliche Reinerhaltung der Haare und Kopfhaut gibt die Grundlage zu besserem Haarwuchs. Nie sollte das Haar mit scharfen Substanzen, wie Soda etc. gewaschen werden; sprödes brüchiges Haar sind die Folgen davon.



La Violette

Im Garten «Eden» war vor Jahren,
Einst, als die Menschen Kinder waren
Ein Evchen mit Schutz: ihr schönes Haar!
Aber die schönen Gesichtsformen der Frauen,
Sie gingen verloren in Angst und Grauen
So blieb es bis heute im zweitausendsten Jahr!
Heute lässt sich die Welt verjüngen;
Ja, Schönheit wird flügge, gleich Adels
Schwingen

Horcht auf, liebe Schwestern, pfeget sie nur!
Wellen der Dauer, des Wassers, des Foens,
sich winden

Massage, Schneiden, Haarpflege, Manicure,
Sie finden.

Kommt ins «**La Violette**» Ryffligässchen, Bern!

Achten Sie bitte, auf den Namen „La Violette“.
Bei telefon. Bestellungen bitte Nr. 24.110 anrufen.

Nach dem Waschen, nachdem alle Poren gründlich geöffnet sind, sollte der Haarboden gründlich mit einem guten Haarwasser eingerieben und massiert werden. Unübertrefflich zur Haarpflege ist das in unserem Inse-rat empfohlene Kräuterhaarwasser «Jelma».

Jeden Abend soll das Haar mit einer guten Bürste 5—6 Minuten gebürstet, jeden zweiten Abend der Haarboden gut massiert werden. Man tauche zu diesem Zwecke die Fingerspitzen in das Haarwasser und reibe damit die Kopfhaut gründlich ein. Bei Kahlköpfigkeit unterstütze man dieses Verfahren durch eine Kur mit Hirsespeise.

Diät und Fusspflege.

Von Dr. M. Wolff, Berlin.

Diät ist heute die grosse Mode. Man braucht Diäten bei unendlich vielen Krankheiten, so dass es wirklich bald nötig erscheint, dass bestimmte Aerzte sich lediglich auf Diätbehandlungen spezialisieren — wie es ja heute schon wirklich Aerzte gibt, deren ur-eigenstes Forschungsgebiet die Diätotherapie ist. Wie verhält es sich nun mit dem Fusspfleger? Muss er nicht auch um die Diät und von der Diät wissen? Er gehört doch ebenfalls zu der grossen Gruppe derjenigen, die für die Volksgesundheit mitverantwortlich sind. Auch auf dem Gebiet der Beine gibt es Krankheiten, die auf Diät in mehr oder minder erheblichem Masse reagieren.

Da ist zuerst die grosse Gruppe der Ekzeme. Diese Erkrankungen finden sich gar nicht selten an den Beinen, und ein Teil von ihnen spricht auf Diätbehandlung sehr gut an. Allerdings sind alle die Ekzeme von vornherein auszuschneiden, die ihre Ursache in Spaltpilz-Infektionen haben. Diese Ekzeme, die oft mit besonderer Vorliebe zwischen den Zehen sitzen, heilen ganz von selbst ab, wenn man ihre Veranlassung — die Spaltpilze — beseitigt. Ähnlich verhält es sich mit den Juckerkrankungen. Ich nenne die Nesselsucht, das Altersjucken, das Jucken der Kinder, das Jucken der Zuckerkranken, der Schwangeren. All diese Juckerkrankungen sind diätetisch zu beeinflussen. Dagegen hat die Ernährungsart aus verständlichen Gründen keinerlei Einfluss auf Juckerkrankungen, die durch Insektenstiche oder Krätzmilben hervorgerufen werden. Auch die verschiedenartigen tuberkulösen Erkrankungen der Haut sprechen auf Diätbehandlung gut an. Und zuletzt sind auch die Erkrankungen der Gefässe der Beine und auch der Gesässnerven diätetisch beeinflussbar. Ich erinnere an die Erkrankungen der Blutadern, Krampfadern, Krampfadergeschwüre (offene Beine), der Schlagadern, das zeitweilige Hinken bei der