

Zeitschrift:	Schweizer Volkskunde : Korrespondenzblatt der Schweizerischen Gesellschaft für Volkskunde
Herausgeber:	Schweizerische Gesellschaft für Volkskunde
Band:	66 (1976)
Artikel:	Schönheitspflege vor 100 Jahren nach schweizerischen Kalendern des 19. Jahrhunderts
Autor:	Hansch-Mock, Barbara C.
DOI:	https://doi.org/10.5169/seals-1004313

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: 23.02.2026

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

Schönheitspflege vor 100 Jahren

nach schweizerischen Kalendern des 19. Jahrhunderts*

Sicher kannten die Frauen auch im letzten Jahrhundert einige Mittel, um dort nachzuhelfen, wo die Natur versagt hatte. Speziell auf dem Lande, wo der Zugang zu eigentlichen Kosmetika erschwert war, dürften Schönheitsmittel eher natürlicher Art gewesen sein¹. Der allgemeinen Schönheit diente insbesondere eine vernünftige Lebensweise, und oberstes Gebot war, «alle plötzlichen Gemütsbewegungen zu unterdrücken, vorzüglich den Neid, der dem Gesicht eine häßliche Blässe gibt. Auch die Mäßigkeit darf nicht überschritten werden, wollen sie sich nicht mit unangenehmen Bläschchen und Pusteln bestraft sehen, die zuletzt das Gesicht verkupfern» (BB 1834). Waschungen mit Wasser galten als schönheitsfördernd: «Frauen, die ihre Schönheit bewahren wollen, sollten nicht vergessen, sich morgens die Hände und das Gesicht mit kaltem Wasser zu waschen und die Zähne zu reinigen» (HBV 1835). Hier ist das Wasser in erster Linie als verschönerndes Element kostbar, nicht etwa aus hygienischen Gründen².

Das Hautschminken, schon ein alter Brauch bei Ägypterinnen und Griechinnen³, ist beim «Basler Boten» von 1834 verpönt: «Wie Gift müssen sie (die Frauen) die Schminke meiden; eine mäßige Bewegung wird auf natürlichem Wege ihren Wangen das Roth verleihen, das keine Kunst nachzuahmen vermag.» Beim Streben nach Schönheit sind ferner folgende Regeln zu beachten: «Ungezwungenheit, Unschuld und Heiterkeit ohne Ziererey geben dem Gesichte die schönste Anmuth. Morgenluft bey Sonnenaufgang eingeathmet, wird ihren Lippen den schönsten Karmin leihen;» frühzeitig zu Bette gehen, nicht Karten spielen und nicht bey Lampen oder Lichtern Romane lesen, verleiht eine witzvolle Lebhaftigkeit, in der ein mächtiger Zauber besteht. Kartenspiel ist nämlich die Quelle der Runzeln, und nächtliches Lesen schwächt das Gesicht, macht es blaß und entnervt den Körper (BB 1834).

War das Frauenantlitz trotzdem mit Runzeln versehen, so wußte der «Neue Berner Kalener» 1845 einige Mittel. Folgende, für das 19. Jahr-

* Aus Materialien der Dissertation «Deutschschweizerische Volkskalender des 19. Jahrhunderts als Vermittler schul- und volksmedizinischer Vorstellungen», die im Frühjahr 1976 im Verlag Sauerländer, Aarau, erscheinen wird.

¹ Vgl. GUSTAV JUNGBAUER, Deutsche Volksmedizin, Berlin, Leipzig 1934, 55.

² Oft muß dieses Wasser von einer besonderen Art sein: «In Schlesien erlangt man Schönheit, wenn man sich mit Osterwasser, Maitau oder Märzschnee wáscht»; vgl. MAX HÖFLER, Volksmedizin und Aberglaube in Oberbayerns Gegenwart und Vergangenheit, München 1893, 222. Vgl. auch JUNGBAUER 55, 118.

³ O. HOVORKA und H. KRONFELD, Vergleichende Volksmedizin, Stuttgart 1908. Bd. II, 777.

hundert seltsame Ratschläge stammen aus dem von J. Gotthelf redigierten Kalender und sind der «Paullinischen Dreckapotheke»⁴ entnommen, die oft als Quelle von den Kalenderschreibern benutzt wurde:

«Krähenaugen zu heilen, nehme man die Asche von Hunds-, Ziegen- und Mäuse-dreck, mache mit Rosenöl eine Salbe und lege sie über! ...nimm weiße Rosen und Lilien, jedes gleich viel nach Belieben, und destilliere es mit Wasser, so hast du ein schönes Schminkwasser, oder in Wasser, das auf einem Kuhdreck steht, ein Läppchen oder Schwamm getaucht, das Angesichts morgens und abends damit bestrichen oder den ganzen Leib, macht auch eine gelinde, hübsche Haut...»

Solche und ähnliche Rezepte aus der Dreckapotheke wurden von vielen Ärzten als Narrengespinst veracht und verspottet⁵. Auch Gotthelfs amüsierter und ironischer Ton bestätigt, daß solche Mittel nicht ganz ernst gemeint waren.

Ein weiteres, nicht ganz ungefährliches Rezept zur Entfernung von Runzeln finden wir 1840: «Man macht eine Kohlenschaufel rotglühend und streut Myrrhepulver⁶ darauf. Dann zieht man sich ein Tuch über den Kopf und läßt sich den Rauch über das Gesicht ziehen, oder man nimmt Weißwein in den Mund und spritzt ihn auf die heiße Schaufel. Dreimal täglich, acht Tage lang» (NZK 1840). Diese und ähnliche Prozeduren mußten sich offenbar lohnen, denn alle versprachen wundersame und schnelle Wirkung; «das Aussehen wird danach das einer Sechzehnjährigen» (NZK 1840).

Die Ratschläge, die verhaßten Sommersprossen zu beseitigen, beschränken sich in den Kalendern auf einige pflanzliche Stoffe: einen Aufguß von Weinessig über Meerrettich⁷ (LHK 1895), der bis zu drei Wochen in der Erde vergraben sein mußte; eine Salbe von geriebenem Alaun mit Eiweiß oder den Saft unreifer Johannisbeeren (HKS 1839). Als Allgemeinregel galt: Das Waschen mit kaltem Wasser beugt der Entstehung von Sommersprossen vor, das Waschen mit warmem Wasser und Seife begünstigt sie (HKS 1839). Ferner werden folgende Mixturen zum anhaltenden Gebrauch gegen Sommerflecken empfohlen: Borax und Rosenwasser, Orangenblütenwasser, Benzoetinktur⁸, Salmiak, Mandelmilch und Ambratinktur⁹ (HKS 1839, IKS 1854, DBK 1889).

Neben der Beseitigung von Runzeln und Sommersprossen findet sich einmal ein Rezept, um überflüssige, unschöne Haare zu entfernen: «Man

⁴ Vgl. KRISTIAN FRANZ PAULLINI, Die Heilsame Dreckapotheke, zuerst Frankfurt 1696.

⁵ CARL MÜLLER, Jeremias Gotthelf und die Ärzte, Bern 1959, 111.

⁶ Schon aus Bibelstellen (z.B. 2. Moses 31, 23) geht hervor, daß Myrrhe als Salböl bekannt war. Dioskurides schreibt ihr austrocknende und adstringierende Kräfte zu; vgl. HOVORKA I, 319.

⁷ HOVORKA II, 768: Die scharfe Flüssigkeit sollte Hautflecken wegätzen.

⁸ Durch Einschnitte in den Storaxbaum (Stammpflanze: *Styrax subdentata*) gewonnene Flüssigkeit, die als Schönheitsmittel zur Verfeinerung der Haut und zur Vertreibung der Sommersprossen, Flechten usw. gebraucht wird; vgl. F. MÜLLER, Das große Kräuterbuch, Ulm 1886, 94.

⁹ Ambra: undurchsichtige, aschgraue, zähe Masse, aus Walen stammend; F. MÜLLER, Kräuterbuch, 36.

schneidet einen grünen Weidenstock ab und legt ihn übers Feuer. Der heraustretende Saft wird heiß aufgeträufelt» (LS 1804). Wie es heißt, ist dies «das einzige zuverlässige Mittel zur Haarvertilgung».

Zum besonderen Schönheitsideal gehören weiße Hände: «Eine weiße Hand ist eine der größten weiblichen Schönheiten, und eine Hand ist nie weiß, wenn man sie nicht wäscht» (BB 1834). Damit die Hände schön blieben, mußten sie in steter Bewegung sein: «Dazu dienen nähen, sticken, flicken und spinnen» (BB 1834). Auf diese Weise sollte der Blutkreislauf gefördert werden, und mit diesem geschickten «Schönheitsmittel» brachte man die Damen gleichzeitig dazu, ihre Arbeit zu erledigen.

Bei den eigentlichen Rezepten zur Pflege der Hände handelt es sich hauptsächlich darum, wie man rauhe Haut verschönern kann. Dazu wurden Salben aller Art angepriesen, insbesondere solche aus tierischen Fetten wie etwa Hammelfett (PS 1870) oder Ochsenmark (TVK-F 1829). Außerdem galten Zitronensaft (LHK 1892, 1895, GLK 1896), Weizenmehl (LHK 1895), Regen- oder Flußwasser mit Honig (DBK 1888), die Lauge von Holzasche (PS 1870) oder Lavendel- (TVK-F 1829) und Mandelöl (NZK 1882) als wirksame Mittel gegen rauhe Hände.

Auch Mitesser, «madenähnliche Talgpfröpfe der Haut»¹⁰, waren unbeliebt und wurden häufig als Würmer bezeichnet. Man führte sie auf die Unreinheiten des Blutes zurück, die u. a. «durch zu häufiges Salzessen»¹¹ verursacht war, oder man glaubte, «geheime Sünden»¹² seien die Ursache dieser Erscheinung. Viele schönheitsbewußte Frauen rückten diesen Mitessern mit einer Regenerationskur zu Leibe, oder sie wurden mit einem Uhrenschlüssel einfach ausgedrückt¹³. Der «Dienstboten Kalender» 1889 versucht sie auf folgende wissenschaftliche Art zu erklären: «Mitesser bestehen in einer Störung der Hauttätigkeit, namentlich in der Ausscheidung der Talgdrüsen, in denen sich der Talg zusammensetzt und verhärtet.» Als Gegenmittel empfiehlt er das Abwaschen mit Seife und Reiben des Gesichtes mit einem groben Handtuch. «In neuerer Zeit empfehlen Ärzte dagegen abendliche Abreibungen mit feinem Sand», meint der gleiche Kalender richtigerweise.

Die in den Kalendern vorgefundene Schönheitsmittel beziehen sich fast alle auf Naturheilmittel aus der Pflanzen- und Tierwelt, die teilweise, wenn auch in abgeänderter Form, noch heute ihre Verwendung haben. Eigentliche, auf abergläubischen Vorstellungen beruhende Zauberheilmittel sind im 19. Jahrhundert in den Kalendern aus aufklärerischen Gründen sehr selten zu finden. Meistens sind die Kosmetika und die

¹⁰ G. JUNGBAUER, Deutsche Volksmedizin, 13.

¹¹ Ebenda, 21.

¹² V. FOSSEL, Volksmedicin und medizinischer Aberglaube in Steiermark, Graz 1886, 134. HOVORKA II, 720: «In der volkstümlichen Ätiologie spielt das Motiv, daß die Hautkrankheiten die Folge eines sündigen Lebenswandels seien, eine große Rolle.»

¹³ V. FOSSEL, Volksmedicin, 134; HOVORKA II, 724.

Ratschläge zur Schönheit, wie wir gesehen haben, recht unschuldiger und vernünftiger Art.

Abkürzungen für die Kalender

BB	Der Basler Bote, Basel (Hinkende Bott)
DBK	Dienstboten Kalender, Donauwörth
GLK	St.Galler Kalender, St.Gallen
HBV	Der Hinkende Bott von Vivis, Vevey
HKS	Der Hausfreund oder Kalender für das Schweizervolk, Winterthur
IKS	Illustrierter Familien Kalender, Payne, Leipzig
LHK	Luzerner Haus Kalender, Luzern
LS	Der lustige Schweizer, Schaffhausen, Trogen
NZK	Neuer Zürcher Kalender, Zürich
PS	Der Pilger aus Schaffhausen, Schaffhausen
TVK-F	Der Thurgauer Volks-Freund, Frauenfeld