

Zeitschrift: Schweizer Spiegel
Herausgeber: Guggenbühl und Huber
Band: 1 (1925-1926)
Heft: 8

Artikel: Was tun sie gegen ihren Haarausfall!
Autor: G. E.
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1065423>

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: 01.04.2026

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



*auf der Packung oder einem Unter-
kleid garantiert für Qualität,
Wohlbehagen u. tadellosen Sitz.
Es ist mehr als ein Wort, es ist
die Bezeichnung der Erzeugnisse
einer Fabrik, die seit 60 Jahren
Qualitäts-Unterkleider herstellt.*

*Prospekte durch
A. G. vorm. Meyer-Waspi & Co
Trikotwarenfabrik Altstätten-Türich*

LET US READ ENGLISH!

Apply for free prospect.
Macfadden Publications

P. O. B. 6808

CHAUX-DE-FONDS

Lösung der Rätsel in Nr. 7:

Kreuzwort-Rätsel

C	H	A	T	Z		R	Ä	U	E	L
H		M		Ü		E		L		E
R		T	I	S	C	H	L	I		U
U					H					L
T	Ö	S	S		A		M	U	N	I
		E		U	S	E		F		
G	U	E	T		P		L	E	T	Z
S					E					N
E		T	H	U	R	G	A	U		Ü
T		A		H		A		H		N
Z	I	G	E	R		S	Ä	U	L	I

Zweiwortiges Rätsel

Roman — sky = Moransky

WAS TUN SIE GEGEN

Von unserer Spezialistin für

I.

Wenn man einer Frau ein Kompliment über ihre Haare macht, vernimmt man gewöhnlich die etwas melancholische Antwort: «Früher waren sie viel länger und dichter, in den letzten Jahren gehen sie mir ständig aus.» —

Und wirklich, bei über 50% der Menschen beginnen sich schon um das 20. Jahr herum die Haare zu lichten. Viele Frauen konstatieren zuerst, dass ihnen die Haare im Herbst ausgehen und halten das für eine physiologische Erscheinung, eine Art Mauerung. Nach und nach dehnt sich aber der Haarausfall über die ganze Sommerszeit aus, und schliesslich dauert er das ganze Jahr hindurch.

Was ist die Ursache dieses kontinuierlichen Haarausfalles, der bei den Männern oft mit einer Glatze endet? In der grossen Mehrzahl der Fälle handelt es sich um Patienten, die noch an einem andern Uebel leiden: Sie haben «fettige Haare». Das heisst, mehr oder weniger kurze Zeit nachdem sie ihren Kopf gewaschen haben, scheint die Kopfhaut von einer Fettschicht überzogen, die Haare kleben in Strähnen zusammen. Sie leiden an einer Seborrhöe der Kopfhaut, an einer zu starken Funktion der Talgdrüsen.

Wenn die Patienten ihren Haarausfall bemerken, liegt die Krankheit schon jahrelang zurück. Gewöhnlich fängt sie mit trockenen, kleinen Schuppen an. Dabei fallen die Haare noch nicht aus. Nach und nach bilden sich fette, der Kopfhaut anhaftende Schuppen, die weniger bemerkt werden, und schliesslich beginnt der Haarausfall.

Wie viele Frauen selber beobachten, hört der Haarausfall nach dem Kopfwaschen sofort auf, um wieder einzusetzen, wenn die Kopfhaut einen gewissen Grad von «Fettigkeit» erreicht hat. — Wenn die Haare von diesem Fett überzogen sind, haftet der Staub fester an ihnen, sodass er durch blosses Bürsten nicht mehr genügend entfernt werden kann.

IHREN HAARAUSFALL!

Körperpflege Frau Dr. med. E. G.

II.

Die Hygiene eines an Seborrhöe leidenden Haarbodens ergibt sich aus dem Gesagten: Sobald er in dem Grad fett ist, dass die Haare auszufallen beginnen, soll man sich den Kopf waschen.

«Aber beim Kopfwaschen verliere ich einen Haufen Haare!»

Ja, aber das sind Haare, die auch sonst in den nächsten Tagen ausgefallen wären.

Im Gegenteil, man hat durch genaue Zählungen festgestellt, dass die Anzahl der Haare, die man beim Kopfwaschen verliert, bedeutend hinter derjenigen zurücksteht, die man in den nächstfolgenden Tagen verliert, wenn man den Haarboden nicht reinigt.

Es handelt sich also darum, die Kopfhaut und den obersten Teil der Haare zu reinigen, die durch das Fett beschmutzt sind.

Es ist unnötig, die Haare jedesmal in ihrer ganzen Länge einzuseifen und zu waschen, es macht sie brüchig.

Man teile die Haare in 6–8 Teile und flechte sie ca. 20 cm vom Kopf weg in Zöpfe und reinige nur die Kopfhaut und die ungeflochtenen 20 cm der Haare.

Zur Reinigung empfiehlt es sich, alkalischen Seifenspirit zu verwenden, spiritus saponatus kalinus, davon 2–3 Esslöffel mit gleichviel Wasser auf dem Kopf zu verreiben und den Schaum einige Minuten stehen zu lassen. Darauf spült man mit warmem Wasser, am zweckmässigsten mit einer kleinen Giesskanne. Bei einiger Übung kann man so den schmutzigen Teil der Haare waschen, ohne die Zöpfe in ihrer ganzen Länge zu netzen. — So soll regelmässig das überschüssige Fett beseitigt werden.

III.

Ausserdem sucht man die zu starke Sekretion der Talgdrüsen einzudämmen mittels Schwefelpräparaten, d. h. Schwefelsalben oder Schwefelemulsionen.

Der Mann,

der abgespannt und abgehetzt von der Berufsarbeit heimkommt,

Die Frau,

die sich müde und matt fühlt vom Tagesgetriebe

Das Kind,

das in der Schule nicht gut nachkommt, leicht müde und verdriesslich wird

Alle.

erholen sich rasch und werden gekräftigt durch

Elchina

(Elixier oder Tabletten).

Orig.-Pack. 3.75, Orig. Doppelpack. 6.25 i. d. Apoth.

Das feinste Hautpflegemittel

ist die

Crème Solanda

*Sie verschönt,
verjüngt,
konserviert
die Haut*

indem sie ihr ausschliesslich solche Stoffe zuführt, die ihre Ernährung fördern, sie dadurch gesund, blühend und in samtartiger Weichheit erhalten, das Fettgewebe unter der Haut erneuern und den Prozess des Alterns nicht eintreten lassen.

Tuben à Fr. 1.25 und Fr. 2.50, überall erhältlich.



AUS DEM INHALT DER LETZTEN NUMMER

Hinter der blauen Ferne. Abenteuer eines Schweizers in fünf Kontinenten (1911 1926). Von Karl Brändli. Illustriert von H. Schöllhorn.

Wie ein Buch entsteht. Von Lisa Wenger.

Herzen in Not. Roman von Emil Schibli. Illustriert von Rodolphe Bolliger.

Nummer bitte! Von Frieda Jenny. Illustriert von Eugen Zeller.

E scheene Nebeverdienst. Eine lustige Geschichte aus Basel von *.*

Der Mond. Gedicht von Rudolf Fischer.

Die Erziehung zur Krankheit. Von Dr. W. Schohaus, Professor für Pädagogik am Seminar Rorschach.

Hinterm Ladentisch. Eine unromantische Liebesgeschichte von Gertrud Schulthess. Illustriert von Ernst Georg Rüegg.

Schweizer Küchenspezialitäten. Rezepte aus dem Kanton Appenzell.

Vernünftiges Abwaschen. Erfahrungen aus 4 Haushaltungen, mit Photographien.

Praktische Einfälle von Hausfrauen.

Das Kleid bleibt kurz. Von unserer Spezialkorrespondentin für Mode, Georgette Hämig.

Auch Anmut ist eine Pflicht. Von unserer Spezialistin für Körperpflege Frau Dr. med. E. G.

Probleme des Lebens. Ein moderner Briefkasten, und vieles andere mehr.

Hier ist das Rezept einer *Schwefel-emulsion*:

Sulfur. praec. 20,0

Spir. vini 70,0

Glycerini 10,0

Man trägt die Emulsion dreimal pro Woche mit einem ziemlich harten Pinsel auf die Kopfhaut auf, indem man die Haare in ca. 20 Teile teilt.

Statt dessen kann man auch die Schwefelsalbe von Unna verwenden.

Auch dieses Rezept wird Ihnen jeder Apotheker ausführen.

Schwefelsalbe:

Sulfuris praecipitati 5,0

Adipis suilli rec. par. ad 50,0

Damit reibt man die Kopfhaut (ohne die Haare zu beschmutzen) an 4 Abenden ein und wäscht jede Woche mit alkalischem Seifenspiritus.

Sehr gute Schwefelpräparate sind auch im Handel erschienen in fertigen Pakkungen.

IV.

Es tritt nun meistens bald eine wesentliche Besserung ein, d. h. die Haare fallen weniger oder nicht aus. Es wäre aber ein Irrtum, sogleich mit der Behandlung aufzuhören. In kurzer Zeit würde wieder der alte Zustand auftreten.

Die Behandlung muss auf alle Fälle Monate hindurch angewandt werden, dann kann man versuchen, die Emulsion nur noch zweimal und schliesslich einmal wöchentlich aufzutragen. Aber man sei sich klar darüber: Einem seborrhoischen Haarboden wird man sein Leben lang besondere Sorgfalt angedeihen lassen müssen. Mehr oder weniger häufige Waschungen werden notwendig sein, im Sommer mehr als im Winter.

Durch andauernde hygienische Massnahmen verhindern wir aber sicher ein Fortschreiten des Uebels; in den günstigen Fällen verhindern wir den Haarausfall, und in den weniger günstigen verringern wir ihn wenigstens.

Selbstverständlich sind die Resultate um so günstiger, je früher die Behandlung vorgenommen wird, und zwar sollte damit schon in den Entwicklungsjahren begonnen werden, da in diesem Alter die Anfänge der Seborrhöe zutage treten.