

**Zeitschrift:** Schweizer Spiegel  
**Herausgeber:** Guggenbühl und Huber  
**Band:** 4 (1928-1929)  
**Heft:** 9

**Artikel:** Schöner Teint im Juni  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1065069>

#### 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

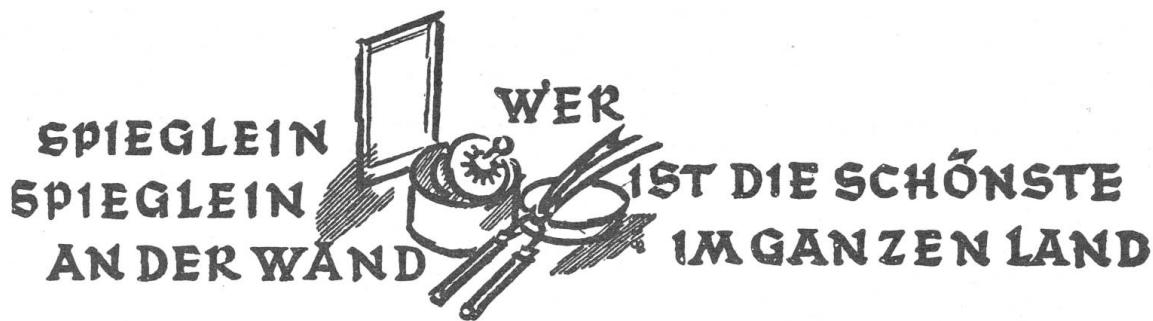
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées 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>**



## S C H Ö N E R T E I N T I M J U N I

**S**ind Sie blond oder brunett? Das erkennen Sie nicht an Ihrer Haarfarbe! Sie werden von der Plage der Sommersprossen befallen (was einem echten Brunetten nicht passiert); Sie haben also einen blonden, lichtempfindlichen Teint — trotz Ihrer dunkelbraunen Haare. Verzichten Sie darum darauf, einer Mulattin gleichen zu wollen, indem Sie Ihr Antlitz stundenlang von der Sonne rösten lassen. Ich weiss, dass braun die Modefarbe ist und dass die Sonnenbestrahlung überaus gesund ist. Aber was geschieht, wenn Blonde sich der Sonne aussetzen, um braun zu werden? Sie werden krebsrot, sie schälen sich und die neue Haut ist hell wie vorher und dazu eventuell mit unzähligen Sommersprossen bedeckt.

Was lässt sich gegen die Sommersprossen tun? Die meisten davon Betroffenen sind auf der Suche nach einem Radikalmittel, das sie ein für allemal von dieser Plage befreit. Sagen wir es von vornherein: Dieses Mittel existiert bis jetzt nicht. Da die Pigmentanhäufungen in den tiefsten Schichten der Oberhaut liegen, versucht man mit den meisten Mitteln eine lebhafte Abstossung der Oberhautzellen anzuregen, d. h. eine Schälung. Die neue Haut ist nun zwar hell, aber nach einiger Zeit bedeckt sie sich auch wieder mit Sommersprossen. Eine intensive Schälkur sollte überhaupt nur unter ärztlicher Kontrolle vorgenommen werden.

In weniger ausgesprochenen Fällen verwenden Sie eine Bleichsalbe:

Perhydrol. (Merck)	2,0
Lanolin	6,0
Vaselin flav. ad.	10,0

Ein- bis zweimal täglich einzutragen.

Einige harmlose Bleichmittel, die man fortwährend anwenden kann:

Man schlägt ein Eiweiss zu Schnee und

mischt es mit dem Saft einer halben Zitrone, bestreicht damit die betreffenden Stellen, lässt trocknen und über Nacht liegen.

Man betupft das Gesicht nach der abendlichen Reinigung mit einem in Zitronensaft getauchten Wattebausch. Wenn die Haut sehr sensibel ist, mischt man Zitronensaft zu gleichen Teilen mit Rosenwasser (Aqua rosarum).

Ein mildes Bleichmittel ist Gurkensaft. Man schneidet eine frische Gurke in kleine Stücke, bringt sie auf ein kleines Feuer. Wenn der Saft austritt, macht man eine grössere Flamme, bis er siedet. Dann siebt man durch ein feines Tuch, kühl ab und mischt mit gleichen Teilen Wasser.

Aber lassen Sie es nicht so weit kommen, bis Sie ganz gefleckt sind! Wenden Sie diese Hausmittel vorbeugend an, sobald die schönen Tage kommen. Schützen Sie Ihren Teint vor den Sonnenstrahlen, indem Sie breitrandige Hüte wählen (nicht nur die randlosen sind modern) und indem Sie auf die Gesichtshaut etwas Creme und Puder auftragen. Wenn Sie sich längere Zeit dem direkten Sonnenstrahl aussetzen müssen, besonders in den Bergen und am Meer, verwenden Sie eine Lichtschutzpaste (Gletschermattan, Ultrazeeozoncreme usw.), welche speziell vor den ultravioletten Strahlen, welche den wirksamen Teil des Sonnenlichtes bilden, schützen.

Mit ein wenig Vorsicht lässt sich viel erreichen. Sie sind ja auf andern Gebieten so gewissenhaft! Setzen Sie z. B. Ihre zartfarbene Crêpe de Chine-Wäsche zum Trocknen den glühenden Sonnenstrahlen aus?

Warum lassen Sie denn Ihrer Gesichtshaut, diesem «Gemisch von Lilien und Rosen», eine Behandlung angedeihen, die einer alten Küchenschürze unwürdig wäre?

*Frau Dr. med. E. G.*



Zehntausende benutzen  
**Aok-Seesand-**  
**Mandelkleie**  
 das erprobte Universalmittel  
 gegen  
**Pickel**  
 Mitesser, Pusteln, unreine Haut,  
 Unzählige Anerkennungen!  
 Preis Fr. 2.—. Überall erhältlich.  
 Rob. Wirz, Gundeldingerstr. 97, Basel



## Prächtiges Haar durch **Birkenblut**

es hilft, wo alles andere versagt. Mehrere tausend lobendste Anerkennungen u. Nachbestellungen. Heilt sicher Haarausfall, Schuppen, kahle Stellen, spärliches Wachstum, Grauwarden. **Grosse Flasche Fr. 3.75.** **Birkenblut-Creme** gegen trockene Haare Dose Fr. 3.—. **Birkenblut-Brillantine** ermöglicht schöne Frisur, verhindert das Spalten und Brechen der Haare. Fr. 1.50 u. 2.50. **Birkenblut-Shampooon**, der beste zum Kopfwaschen 30 Cts. In Apotheken, Drogerien und Coiffeurgeschäften. Alpenkräuterzentrale am St. Gotthard, Faido. Verlangen Sie Birkenblut.



**M**an liest zwar sehr viel über Gesichtspflege, aber fast alle empfohlenen Methoden sind für die normale Frau eher abschreckend, da sie zu viel Zeit in Anspruch nehmen.

Seit Jahren gibt mir nun meine Teintpflege, die wenig Zeit und Geld beansprucht, volle Befriedigung. Meine Methode lässt sich allerdings nur für eine fette Gesichtshaut anwenden. Erforderlich sind Watte und Eau de Cologne, welches man noch mit absolutem Alkohol mischen kann, um es zu strecken und je nach Bedürfnis wirksamer zu machen.

Nach staubiger Morgenarbeit, oder bevor ich ausgehen will, reibe ich mit Wattebüschchen und Eau de Cologne die ganze Gesichtshaut ab, bis die Watte sauber bleibt. Man wundert sich immer, dass sogar nach Seifenwaschungen soviel Unreinigkeit in der Haut bleibt, dass man 4—5mal reiben muss. Nachher ganz wenig Creme einreiben.

Auf diese Weise hat man den Vorteil, dass man sich beliebig oft lang und sorgfältig oder nur flüchtig behandeln kann. Und man darf dabei auch unterbrochen oder überrascht werden, man kann Bescheid geben, wenn's nötig ist usw.

Ob man nun Puder anwendet oder nicht, ist Geschmacksache, aber ich würde niemals einer Dame, die keine Erfahrung darin hat, dazu raten, sie wird sich damit nur entstellen und lächerlich machen. Denn, wendet man Puder an, man mag es noch so gut auf die Farbe der Haut passend ausgesucht haben, so gehört vorher noch Rouge zur Verwendung. Sehr wenig, am richtigen Ort, etwas rechts vom Backenknochen und leicht höher, also fast unter dem äussern Augenwinkel, und darauf pudern und verreiben.

Frau M. V., Basel.

Unsere Mode-Korrespondentin sowohl wie unsere Spezialistin für Kosmetik beraten Sie gerne als treue und neidlose Freundinnen in allen Fragen der Mode und Kosmetik schriftlich und unentgeltlich. Nur das Rückporto müssen Sie Ihren Anfragen, die Sie an den Verlag des Schweizer-Spiegel, Storchengasse 16, Zürich 1, senden wollen, beilegen