

<b>Zeitschrift:</b>	Schweizer Spiegel
<b>Herausgeber:</b>	Guggenbühl und Huber
<b>Band:</b>	5 (1929-1930)
<b>Heft:</b>	9
<b>Rubrik:</b>	Wasser und Seife : eine Entgegnung auf den Artikel von Frau Dr. O.

### 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:** 15.02.2026

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

# RICA Aluminiumglanz hilft jeder Hausfrau



## Original Schiessers Knüpftrikot

+ Patent 84760

Die beste poröse Unterkleidung, weil sie  
sich nicht verdreht, hältbar und elegant ist

Echt ägyptisch Mako zweifädig

Nur Originalware trägt obige  
Schutzmarke

In gut sortierten Spezialgeschäften erhältlich

Alleiniger Fabrikant:

J. Schiesser A.-G., Radolfzell

## Der korpulente Herr süß

seine täglichen Getränke wie Kaffee, Tee, Limonade  
**mit Hermes Saccharin-Tabletten**  
wodurch er sich vor weiterem Fettansatz durch  
Zucker bewahrt. Das Produkt wirkt nur süßend,  
ist absolut unschädlich und ohne Nebengeschmack

Schweizerfabrikat

**HERMES A.-G., ZÜRICH 2**

## WASSER UND Eine Entgegnung auf den

Ich bin mit den Ausführungen des Artikels von Frau Dr. O. in der letzten Nummer « Ich habe mich 10 Jahre nicht gewaschen » ganz einverstanden, nur brachte er mir die eine enttäuschende Erkenntnis, dass ich nicht über den in diesem Fall gebotenen Teint verfüge. Mit Bedauern greife ich wieder nach meiner alten Freundin, der Seife, und nach meinem guten Freunde, dem Wasser.

Leider ist Wasser und Seife bei der Gesichtspflege nicht immer das, was es sein könnte. Allen denen, die aus Sparsamkeitsgründen der Zeit oder des Geldes, aus mangelnder Phantasie oder Beobachtungsgabe, und nicht zuletzt denen, die doch auf die Dauer diese Pflege am besten vertragen, möchte ich einen Rat geben. Wir, die wir uns auch fernerhin mit Wasser und Seife waschen, verfügen über eine Haut, die nach der Reinigung alle Teile und Reste der Reinigungsmittel wieder los sein will, wieder ganz Haut sein und frei atmen will. Fette und Creme verträgt sie auf die Dauer nicht, sie müsste denn schon jeden zweiten Tag heisse Dämpfe haben, um die verstopften Poren, die sich durch rote Flecken bemerkbar machen, wieder zu öffnen. Wer einen solchen Teint hat, wird bei Wasser und Seife bleiben, denn die Seife ist das einzige Mittel, das nach der Reinigung die wenigsten Reste hinterlässt. Sie brauchte überhaupt keine solchen zu hinterlassen, wenn sie etwas rationeller und differenzierter angewandt würde.

Denn — wie waschen wir uns, und wie sollten wir uns waschen? Wir seifen uns oft ab, ohne uns nachher abzuwaschen; um es kurz zu sagen: Wir schmieren uns einfach mit Seife ein. Die Seife aber, so gut sie imstande ist, zu säubern, kann es nur mit reichlicher Hilfe des Wassers. Sie löst Staub und Fett, will aber mitsamt demselben weggespült werden. Ihre lösenden Bestandteile werden zum ätzenden Gift, wenn sie weiter auf der Haut lagern. Sie verstopfen die Poren, trocknen und dörren die Haut und machen im Laufe der Zeit den Teint unrein und früh runzelig.

Würde es uns einfallen, unsere Wäsche in der Waschküche nur notdürftig oder gar nicht nach dem Waschen zu spülen?

## S E I F E

*Artikel von Frau Dr. O.*

Nicht genug, dass wir die Stoffe und Gewebe gut spülen, wir weichen sie meist auch vor dem Waschen ein. Auch die Haut sollte vor dem Einseifen benetzt werden. Wir nehmen dazu am besten zimmergeständenes Wasser. Die Temperatur desselben « erschreckt » die Haut nicht, sie zieht sich nicht zusammen, wie bei sehr kaltem Wasser, sondern bietet jetzt der Seife die Fläche zur Reinigung dar, welche die Reinigung benötigt. Die Seife wird abgewaschen und das Wasser mit solchem in gleicher Temperatur gewechselt und damit nachgespült. Wir nehmen nicht kälteres Wasser, sonst würden die Haut und die Poren sich zusammenziehen und die restlichen Seifenteile in sich verschliessen. Erst jetzt, nachdem die Seife entfernt ist, können wir in ganz kaltem Wasser schwelgen und die Haut erfrischen und straffen. So mit haben wir drei Wasser gebraucht. Warmes Wasser schalten wir möglichst aus, da es bekanntlich die Haut dehnt und schlaff macht.

Wir trocknen das Gesicht am besten mit dem Handtuch in den Richtungen wie bei der Massage, und die Umgebung der Augen sehr sorgfältig. An der Luft trocknende Haut wird spröde. Wer von Jugend auf die Umgebung der Augen sorgfältig und vollkommen trocknet, bei dem stellen sich die gefürchteten Krähenfüsse viel später als gewöhnlich ein.

Nach dem Abtrocknen wird mit der Handfläche leicht nachmassiert, und bald ist die Hautoberfläche wieder frisch durchblutet und beginnt sich unmerklich aus den unteren Schichten selbsttätig einzufetten. Die Haut, die aussieht wie die einer gerupften Gans, die wir mit Erstaunen bei mancher jungen Tochter auf der Rückseite des Oberarmes beobachten, verschwindet in einigen Tagen, wenn der Arm nach dem Waschen — seifenfrei und trocken — mit der Handfläche sanft frottiert wird.

Diese Ausführungen beziehen sich also auf die Pflege eines speziell veranlagten Teints (und Portemonnaies!), der Wasser und Seife zur Behandlung verlangt. Daneben und als Ausnahme wird derselbe Teint sich gerne und zum Vorteil raffinierter Toilettenkünsten unterziehen.

*Frau L., Zürich.*



## Müde Füsse?

Meistens fehlt's am Schuh, weil der natürliche Bau Ihrer Füsse ungenügend berücksichtigt wird.

Der Prothos-Schuh bietet doppelte Stütze, erstens durch die gut ausgearbeitete Zehen- und Fersenpartie, zweitens durch die starke Gelenk-Einlage. Sie sichert dem Fuss grösste Bequemlichkeit und Schonung.

Deshalb Prothos, den Schuh, der nicht nur kleidet, sondern stützt und das Gehen zur Freude macht, dabei aber doch elegant ist.



In Geschäften mit diesem Zeichen erhältlich. Gratisprospekte durch:

**Prothos A.-G., Oberaach**

Appetitlosigkeit —, dann

**Weisflog**  
**Bitter**

Seit 50 Jahren bewährt