

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 33 (1976)  
**Heft:** 11

**Artikel:** Unser Haar und seine Pflege  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-970506>

### **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:** 24.04.2026

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

auch diesen verwenden. Trotz seiner kräftigen Wirkung ist Solidago völlig harmlos, so dass man sogar dem Säugling davon in einem zusätzlichen Schoppen verabreichen darf, und zwar ganz ohne Bedenken, doch genügen dazu allerdings zwei bis drei Tropfen. Nephrosolid, das günstige Komplexmittel für die Nieren, enthält mehr

als 50 Prozent Solidago und wirkt daher auch dementsprechend vorteilhaft. Auch wenn die Pflanzen als Heilmittel von führender Stelle aus geringschätzig beurteilt werden mögen, verlieren sie doch ihre gute Wirkung nicht. Allerdings ist infolge der Umweltverschmutzung vorsichtig auf günstige Erntemöglichkeiten zu achten.

## Unser Haar und seine Pflege

Wenn wir ehrlich sein wollen, müssen wir zugeben, dass schönes Haar vorwiegend ein ererbtes Geschenk ist. – Auf meinen Reisen begegnete ich weder einem Indianer, noch einem Südseeinsulaner, dessen Haarwuchs versagt hätte, so dass er eine Glatze hätte zur Schau stellen müssen. Es scheint, dass die weiße Rasse, was den Haarwuchs anbetrifft, etwas weniger günstig dasteht. Kein Wunder, dass daher so manche Haarwasser empfohlen werden. Oft sind sie mit wissenschaftlich formulierten Argumenten versehen, und man könnte dadurch zur Ansicht gelangen, dass durch deren reichliche Hilfeleistung bald alle Glatzen verschwinden müssten. Recht originell, wenn nicht gar paradox oder mindestens peinlich ist die Lage für jenen Verkäufer, der ein solches Wundermittel warm empfiehlt, aber gleichwohl seine eigene Glatze nicht loswerden konnte.

### Vom Gesundheitszustand abhängig

Damit soll nun aber keineswegs gesagt sein, dass man seinem Haar nicht die notwendige Pflege angedeihen lassen sollte. Es ist wirklich eine Zierde für uns Menschen, was ganz besonders bei der Frau zur Geltung kommt. Selbst das graue Haar empfängt im Buch der Bücher höchste Auszeichnung, wird es doch «als Krone der Schönheit gepriesen, wenn sie auf dem Wege der Gerechtigkeit gefunden wird». So lautet Salomos Spruch, und wer ihn kennt und seine Bedeutung versteht, fühlt sich gar nicht gedrungen, diese Krone durch jugendliche Farbtöne von sich fernzuhalten. Tatsache aber ist, dass besonders das graue Haar davon Kunde gibt, wie sehr das Haar allgemein vom körperlichen

Zustand abhängig ist. Frauen, die vor der Abänderung gegen allzufettes Haar zu kämpfen hatten, können nach ihrem Ergrauen direkt das Gegenteil erfahren, denn graues Haar ist eher zu luftig, wenn nicht gar ausgetrocknet. Diese und andere Umstände beweisen, dass das Haar in erster Linie vom gesundheitlichen Allgemeinzustand abhängt. Das ist nicht nur bei uns Menschen, sondern auch beim Tier der Fall. Jeder Tierarzt betrachtet ein gesundes, glänzendes Fell beim Hund, beim Pferd und anderen Tieren als Zeichen eines guten Gesundheitszustandes.

### Erbfaktoren bestimmen

Wer nun aber von seinen Vorfahren einen spärlichen Haarwuchs ererbte, kann nicht erwarten, dass er diesen Umstand ohne weiteres durch eifrige Pflege beheben könnte. Wenn Vater und Grossvater schon eine Glatze trugen, dann sollte sich ihr Nachkomme ruhig überlegen, ob es angebracht wäre, trotzdem viel Geld für Haarwasser und Haarwuchsmittel auszugeben. Sobald die Haarzwiebeln nämlich abgestorben sind, ist alle Anstrengung, ja selbst die teuerste Liebesmühe umsonst. – Es kann allerdings vorkommen, dass die Haarzwiebeln zwar noch leben, aber entsprechend verkümmert sind und die Kopfhaut schlecht durchblutet wird. In solchem Falle besteht die Möglichkeit, diese Mängel zu beheben. Dies gehört allerdings zu den seltenen Fällen des Erfolges, die man sogar mit Bildern belegen kann. Es ist eine erwiesene Tatsache, dass jener, der günstiges Haar und einen kräftigen Haarwuchs besitzt, schon aus dem einen

Grunde, weil das einzelne Haar nicht zu fein ist, weniger Mühe zu dessen Pflege aufwenden muss, als jener, dessen Haar infolge grosser Feinheit auch tagsüber, besonders bei emsiger Tätigkeit, immer wieder erneute Aufmerksamkeit fordert. Die Wesensart eines Haares bleibt bestehen, ob wir es nun so oder so pflegen. Mit einem starken Haar können sich Frauen schöne Zöpfe flechten, was jedoch bei uns leider so ziemlich ganz aus der Mode gekommen ist: wer jedoch mit feinem Haar ausgestattet wurde, kann dies nicht ändern. Er kann höchstens durch einen gesunden Körperzustand für reichlicheren Haarwuchs besorgt sein.

### **Neuzeitliche Bestrebungen**

Was aber sagen wir von jenen Jünglingen, die sich eine Haarpflege angedeihen lassen, als wären sie nicht Männer, sondern gehörten zum weiblichen Geschlecht? Sie gehen sogar so weit, sich Dauerwellen machen zu lassen, um dem fraulichen Haarschmuck zu entsprechen, und tatsächlich verrät oft nur der männliche Haarwuchs des Gesichtes, dass sie eigentlich Männer sind. Fürchten all diese wohl eine Glatze, wenn sie ihr Haar einem männlichen Schnitt unterziehen würden? Umgekehrt gibt es wieder Frauen, die hart und männlich aussehen wollen, so dass man sich mit ihrem Mönnerschnitt ebenfalls fragen muss, welchem Geschlecht sie eigentlich angehören, weil sie ihre Fraulichkeit bewusst nicht wahrhaben wollen. Nun, es scheint dem Menschen so zu liegen, sich das zu wünschen, was er nicht hat. Die Negerin muss das Kraushaar ihrer

kleinen Mädchen mühsam zu Zöpfen flechten und jene, die glattes Haar besitzen, möchten es gewellt oder gar lockig haben. Allerdings bekennt man sich in der heutigen Haarmode wieder mehr zum glatten Haar, vielleicht auch nur, weil die Pflege auf diese Weise billiger zu stehen kommt. Wenn es mit der Haarpflege junger Männer im gleichen Sinne weitergeht, befürchten gewisse Besitzer von Coiffeurbetrieben jetzt schon, dass sie ihren Herrensalon über kurz oder lang schliessen müssen, weil die Jungmannschaft immer mehr eine weibliche Haarpflege beansprucht. Die Chemie hat auch im Coiffeurberuf das Feld erobert, und ihre Wirksamkeit mag manches erleichtern, ist es doch eine Kunst, aus geradem Haar lockiges entstehen zu lassen. Da dies nicht dem natürlichen Zustand der Haare entspricht, ist es begreiflich, dass man zu chemischen Stoffen greift, um diese Aenderung zu ermöglichen. Aber bereits stehen gesundheitsbewussten Betrieben Algenpräparate zur Verfügung, und die Dauerwellen lassen sich durch diese ebenfalls erfolgreich durchführen. Dies ist besonders für jene eine Wohltat, die auf chemische Stoffe allergisch ansprechen. Leider schenken aber nicht alle dieser gesundheitsschonenden Pflege Gehör. Darum verdrängen die chemischen Produkte immer mehr die natürlichen Haarpflegemittel. Auch die Duftstoffe die belebend wirken sollten, sind weit entfernt von der Wohltat reiner Blütenöle und deshalb alles andere als angenehm. Wie es sich mit jenem Haarwasser verhält, das auf pflanzlicher Basis beruht, gibt nachfolgender Artikel bekannt.

## **Natürliche Haarpflegemittel**

Mit natürlichen Haarpflegemitteln, die günstig auf die Gesundheit unserer Haare einzuwirken vermögen, verhält es sich ähnlich wie mit Heilmitteln aus Frischpflanzenpräparaten. Sie berücksichtigen den Zustand unserer Haare, beheben gewisse Schwächen, stärken sie und verbessern, was mangelhaft ist. – Schon in alten

Zeiten wählte man die Brennesselpflanze zur erfolgreichen Pflege der Haare.

### **Brennesselhaarwasser**

Es nimmt uns heute wunder, was die unscheinbare Brennessel schon im Altertum als Haarwasser so beliebt werden liess. Alte Literatur berichtet uns darüber,