

nicht verwendet werden dürfen, weil sie mit dem Schweiß zusammen einen weiter zersetzbaren und damit reizenden Kleister bilden, und auf der anderen Seite die Talkumpuder (kieselsaures Magnesia) nur ein ganz geringes Schweißbindungsvermögen, einen relativ geringen Wert besitzen. Einigermassen noch verwendbar ist die Kombination Tannoform: Talkum 1:9, da das Tannoform (Formaldehyd-Gerbsäureverbindung) nur schwach gerbend wirkt. Aber sie reichen niemals an eine systematische Behandlung der Schweißdrüsen heran.

Zur Geruchlosmachung hat man Kaliumpermanganat und Wasserstoffsuperoxid verwendet. Ich möchte aber hier bemerken, daß sie nicht an die obengenannte Behandlung heranreichen, weil sie den bereits durch Zersetzung entstandenen Geruch durch Oxydation zwar beseitigen, nicht aber die Entstehung und die damit verbundene Reizung verhindern können.

Geradezu unangebracht ist dagegen die Verwendung von Seife, so sehr sie an anderen Stellen am Platz sein mag, hat hier eine eher erhöhende Wirkung, weil sie neue zersetzbare Stoffe zubringt, die dann die Reizung verstärken. Zum Waschen benutze man deshalb am besten eine Borsäurelösung, nicht Borax.

Die vorstehenden Ausführungen zeigen, daß eine rationelle Bekämpfung lästiger Schweiß mit sehr vielen Traditionen brechen muß und daß sehr viele Anschauungen dringend reformbedürftig sind.

Dr. Kwasnik.

Winterliche Gesundheitsmittel zur Verhütung von Krankheiten.

Von Dr. Thraenhart.

Mittel zur Heilung von winterlichen Krankheiten, wie Katarrhen, Erfrierungen, Rheumatismus, werden häufig angegeben, wir wollen hier aber einmal solche Mittel nennen, welche winterliche Erkrankungen überhaupt verhüten und die Gesundheit erhalten.

Wenn Hautnerven und Blutgefäße so eingeübt sind, daß sie auf jeden Temperaturwechsel prompt reagieren, sich also bei Kälte gleich zusammenziehen und fast keine Wärme nach außen hinauslassen, dann wird Kälteeinwirkung auch keinen Schaden tun. Ein sehr gutes Mittel, Hautnerven und Gefäße immer wieder anzuregen und zu beleben, ist kräftiges Bürsten der ganzen Körperhaut morgens und abends mit einer guten (Stiel-)Bürste. Dadurch werden auch die Hautschuppen entfernt, die Poren zur Atmung frei, die Hautmuskeln gestärkt. Das alles erzeugt ein sehr wohliges Gefühl mit angenehmer Wärme, wappnet gegen Erkältungen, weckt die Lebensgeister und gehört zu den wirksamsten Gesundheitsmitteln.

Im Winter muß stets für genügende Durchwärmung des Körpers gesorgt werden, weil sonst der Stoffwechsel, die ganze Lebenstätigkeit aus Mangel an Betriebswärme beeinträchtigt wird. Dies geschieht zunächst durch hinreichende Aufnahme von Heizmaterial (Nahrung) in den