

Warunki prenumeraty:
w Warszawie: rocznie Rb. 4,
półrocznie Rb. 2, kwartalnie
Rb. 1. W Królestwie i Ce-
sarstwie: rocznie Rb. 5, pół-
rocznie Rb. 2.50, kwartalnie
Rb. 1.25. Zagranicą rocznie
Rb. 6. Za odnośnienie do do-
mu dopł. się miesięcznie k. 5.
Zmiana adresu 20 kop.

KOSMETYKA

Cena ogłoszeń:

Za wiersz petitowy jedno-
szpaltowy lub jego miejsce:
Na 1 stronie okładki 30 kop.
Na innych stronicach 20 kop.
Nadesłane (w tekście) 75 kop.

Numer pojedynczy kosztuje
10 kop.

Tygodnik poświęcony racjonalnej kosmetyce, estetyce ciała i perfumerji.
Wychodzi w każdą Sobotę.

Adres Redakcji i Administracji **Senatorska 36. Telefon 40.29.**
Administracja otwarta codziennie od 11—3 prócz
niedzieli i świąt.

Redaktor przyjmuje tylko w Niedziele od 12—2.
Rękopisów i listów nadsyłanych do Redakcji nie zwraca się.

MYDŁA Z PRZEPISU D-ra Lustra

specjalisty lekarskiej kosmetyki i chorób włosów
z Krakowa, wyrobu fabryki „Tlen“.

Mydło neutralne do konserwowania i udelikatnienia ce-
ry, tudzież do mycia twarzy i ciała dzieci.

Mydło alkaliczne № I (lub bez numeru) do cery połysku-
jącej (tłustej), skłonnej do węgry i żółceń.

Mydło alkaliczne № II do cery tłustej, skłonnej do pryszczy.
Mydło od łupieżu.

Sposób użycia załączony do każdego mydła.
Do nabycia wszędzie.

MUIRACITHIN.

przeciwko przedwczesnemu **osłabieniu nerwowemu**,
zgodnie z poglądami współczesnej nauki.

znakomity środek wzmacniający

**przy wszystkich zaburzeniach układu nerwowego ośro-
dkowego, żołądka oraz przy przeciążeniu umysłowym**

Z pośród licznych odezw przytaczamy niektóre:

D-r Braun w Wiedniu:
„Wpływ ujawnił się w po-
prawie stanu nerwo-
wego chorych“

Prof. d-r Goll. Zürich:
„Muiracitina poprawia apetyt,
trawienie; chorzy nabierają
zdrowego wyglądu“.

**D-r Popper (z kliniki prof.
Senatora w Berlinie):**
„Muiracitina przedstawia
cenny nabytek dla medycyny“.

D-r M. A. w Pawłowsku:
„Muiracitina usprawniła
pokładane w niej nadzieje i
okazała się doskonałą“.

„Miałem jeden przypadek
pomyślnego działania Muira-
citiny. Proszę ogłosić mój
przypadek“.

**Lekarz M. I. K. Lekarz ambu-
latoryum Goljańskiego.**

„Na podstawie obserwacji
swoich przyszedłem do przekona-
nia, iż Muiracitina jest środ-
kiem specyficznym, wywierającym
znaczący wpływ na ośrodki mózgo-
rdzeniowe. Muszę zauważyć, iż
w tych przypadkach niemocy
płciowej, gdzie środka tego nie
stosowałem, nie widziałem tak
szybkiego i pewnego działania“

**D-r S. W. K. Ordynator
etatowy Szpitala wojskowego w
Kazaniu.**

„Miałem sposobność stosować
Muiracitine w 6 przypadkach. We
wszystkich przypadkach preparat
okazał się bezwarunkowo skutecz-
nym. W Muiracitinie medycyna
uzyskała potężny środek, który w
przyszłości odniesie świetne zwy-
cięstwo.“

D-r K. w Aschabadzie.

Obszerną literaturę wraz z odezwaniami rozsyła się darmo.
Muiracitine można dostać we wszystkich głównych aptekach.

1) Akc. Tow. Henryk Weit, Warszawa Przejazd 5.
2) Łasku Piotrk. gub. w aptecce Bronisława Wład. Bor-
kowskiego.

**Główny skład: Kantor preparatów chemicznych,
Petersburg, Newski pros. № 28, d. Singera.**



BOROXYL

**Ochronna marka zatwierdzona w Rosji
za № 3717.**

Płyn do utrzymania twarzy w ciągłej odporności
przeciw wszelkim atmosferycznym i innym ze-
wnętrznym szkodliwym wpływom. Przyjemnie chłodzi
i odświeża twarz, nadając cerze delikatną i
matową białosć. Żądać w składach aptecznych
i perfumerjach.

Cena flakonu w Królestwie Polskiem 60 kop.
w Cesarstwie 75 kop. Główny skład w Warsza-
wie: w aptecce **Żelazna Brama № 8**, oraz w zna-
czniejszych składach aptecznych i perfumerjach.

Najwyższa nagroda na Wystawie Wszechświatowej w S. Louis 1904 r.



Prof. K. RÖSE

Dyrektor Instytutu dla higieny zębów
w DREZNIE.

„JAK PIELEGNOWAĆ ZĘBY I USTA“.

Przełożył z ostatniego wydania niemieckiego D-ta P. Klejn.
Cena księgarska wynosi 75 kop., dla prenumeratorów „Ko-
smetyki“ 40 kop. bez przesyłki.

➡ Prenumerata „Kosmetyki“ w Galicji wynosi: rocznie koron 15, półrocznie kor. 7.50 hal.
kwartalnie kor. 3.75 hal.

Główne zastępstwo na Galicję w księgarni G. Gebethnera i Spółki w Krakowie. ➡



Od Redakcji.

W jednym z najbliższych N°N° „Kosmetyki” rozpoczniemy druk artykułów (objaśnionych rycinami) w sprawie reformy stroju kobiecego — na zasadach higieny i estetyki.

Najpierw damy artykuł Dr. L. Iustra — projektodawcy zainicjowanej na łamach naszego pisma dyskusji w tejże sprawie, poczem będą zamieszczone odpowiedzi na uwagi czytelniczek.

Wieczna młodość.

Piękna i miarowo zbudowana kobieta olśniewa nasze oczy i czaruje zmysły, bez względu na jej wiek. Piękną Helenę uwielbiała cała Grecja w jej 50-tym roku życia, a o wdziękach staruszki Ninon rozbrzmiewa sława po dziś dzień. Istotnie patrząc nieraz na 50-cio letnią kobietę o pięknych, acz nieco rozlewanych kształtach ciała, powabnych ruchach i wyrazistych rysach twarzy, przekonywamy się, że kobieta w każdym okresie swego życia odznacza się ponętym urokiem, wystarczającym do zdobycia serca mężczyzny.

Głównie cenimy w kobiecie cechy jej właściwe, jak niemniej charakter, temperament i zdrowie. Zdrowo i świeżo wyglądająca kobieta dbać winna bardziej o utrzymanie swych naturalnych skarbów, aniżeli rozpaczać nad zbliżającą się starością. Ile utrapień przechodzi kobieta w dniu, w którym przekracza 40-tą wiosnę życia, z obawy przed utratą swych wdzięków, w nieświadomości faktu, iż depresja moralna jest najpotężniejszym czynnikiem, wywołującym zmiany przedwczesnej starości! Nie dziwimy się wcale, jeśli wśród takich warunków przyjmuje świeża przedtem karnacja skóry twarzy odcień żółtawy; gdzieś tam pojawiają się linijki, a tu i owdzie siwy włos.

Przerażona tak nagłą zmianą, kobieta uzbraja się w kompletny arsenał szkodliwych kosmetyków, celem ukrycia wad urody przed złośliwymi spojrzeniami swych... przyjaciółek.

Zmartwienie i szkodliwe preparaty kosmetyczne stają się właściwą przepaścią, bezpowrotnie pochłaniającą urodę kobiety, którą niedawno podziwialiśmy z zachwytem.

Zdaje mi się, że wstępniemi słowy nadużywam cierpliwości nadobnych czytelniczek, które pragnęłyby się dowiedzieć, jaki właściwie środek zapobiega przedwczesnym objawom starości i utrzymuje świeżość do późnego wieku.

Uniwersalnego środka, w rodzaju tak zwanych pigułek i kremów „odmładzających”, w jakie literatura — reklamujących je fabrykantów — dostatecznie obfituje, nie możemy Wam zalecić, natomiast postaramy się w niniejszych uwagach podać wskazówki, których konsekwentne przestrzeganie stanowczo zawiadnie wpływa na utrzymanie młodzieńczej świeżości do późnego nawet wieku. Wskazówki te powinny być dla Was cenniejsze nad najdroższe kosmetyki, albowiem one są plonem pracy najwybitniejszych powag lekarskich.

Ciwila obecna nadaje się do uświadomienia w tym kierunku dlatego, ponieważ niezadługo tłumnie pospieszycie na wieś lub do wód, gdzie, będąc wolnym od zajęć codziennych, łatwiej jest rozpocząć i przyzwyczaić się do racjonalnego trybu życia.

Omawiając zabiegi, utrzymujące świeżość organizmu w starszym wieku, uwzględnić musimy specjalną higienę, odnoszącą się do organizmu zupełnie rozwiniętego, a grawitującego do zmian degeneracyjnych, tudzież zabiegi czysto kosmetyczne, które odbiegają często znacznie od metod, stosowanych u młodszych osób.

W niniejszych uwagach zajmiemy się częścią ogólną, a w przyszłości pomówimy o kosmetycznem pielęgnowaniu urody w starszym wieku.

Zdrowie i świeży wygląd zależą przedewszystkiem od normalnego składu krwi, która powinna w swym obiegu *dotrzeć do najdrobniejszych gałązek układu naczyniowego*, celem odżywienia obwodowych narządów organizmu. Postulat ten arcyważny osiągnąć można, gdy akcja serca odbywa się energicznie, a ściany naczyń nie uległy zwyrodnieniu wapnistemu. Przy zwolnionej bowiem akcji serca i zwapniałych ścianach naczyń krwionośnych cierpią nie tylko narządy wewnętrzne, ale w wyższym jeszcze stopniu obwodowe, a zatem te, które najbardziej od serca są oddalone. Do tych należą: mózg, skóra i włosy.

Nasuwa się obecnie pytanie, jak zapobiedz zwyrodnieniu drobnych zakończeń układu krwionośnego? Zanim na to pytanie odpowiemy, zwróćmy uwagę, iż każdy w nieczynności pozostający narząd zwolna zanika wśród objawów zwyrodnienia, wręcz zaś przeciwnie dzieje się przy m i a r o w e j pracy wszelkich

narządów. W pierwszym zatem rzędzie muszą zakończyć tętnic być *czynne*, t. j. powinny się rozszerzać i zwać, bo tylko w takich warunkach zachowają elastyczność i przepuszczalność dla ożywczego osocza krwi. Aby zaś wprowadzić je w ruch, musi być siła tłocząco-ssąca serca odpowiednio przystosowana do tego zadania, a dalej — co niemniej jest ważne — narządy same, a zwłaszcza mięśnie i mózg powinny pomocniczo pracować.

Wszelkie wymienione warunki odpadają w zupełności u osób prowadzących przeważnie życie siedzące, gnuśne i śpiących po nad wymagania organizmu.

W takich razach akcja serca bywa zwolniona; krew przepływa wprowadzie przez drobne gałązki tętnic, jednakowoż osocze krwi nie przeciska się przez ściany, nie odżywia sąsiedniej tkanki, a tętnice pozostają *bezczyenne*. Skóra, pozostająca przez dłuższy czas pod wpływem takiego stanu rzeczy, staje się martwą, niejako ciastowatą, pokrywa się zmarszczkami, ba, nawet pergaminowacieje w następstwie braku „soków“, nieodzownych do jej odżywienia i nadania jej normalnej pulchności.

Mimoходом zaznaczymy, że utrata elastyczności skóry u osób używających mało ruchu, a przeważnie siedzących, sprowadza obwisanie ściany brzusznej i biustu, otyłość nadmierną brzucha i bioder, pozostającą w niestosunku do szczupłej i zniekształconej często klatki piersiowej, a zatem deformację wysoce nieestetyczną.

Jeśli tedy warunki życia zmuszają wielu do niehygienicznego życia w ciągu roku, to niechaj przynajmniej organizm ich zaczerpnie w całej pełni sił i odświeży się podczas pobytu poza domem w sezonie kąpielowym. Niestety bywa inaczej.

W bezwzględny spoczynku szukają polscy kuracyusze pokrzepienia, nieświadomi czynu, pogłębiającego coraz bardziej letarg przemiany materii. Wręcz odmienne są pojęcia naszych najserdeczniejszych i anglików. Fizjognomia Berlina w niedziele i święta jest tego wymownym dowodem. Już wczesnym rankiem roi się od tłumów turystów, spieszących za miasto, gdzie wśród ćwiczeń gimnastycznych i różnorodnych sportów spędzają dzień cały. W godzinach południowych odczuwa się wyludnienie stolicy, bo z wyjątkiem ziewających przeciągle dorożkarzy i tu i owdzie snujących się grup obcych ludzi (przysięgłbym, że są to chwilowo bawiący... Polacy), nie napotkasz mieszkańca tego grodu. A tu nas? Wycieczki są wprowadzie „w modzie“, aczkolwiek przemianę materii pobudzają niemi konie, powozy i samochody, a w zakładach kąpielowych wybiera się często kuracyusz pieszo do zarządu zdrojowego ze skargą na brak odpowiedniej liczby... ławek.

Jedynie tylko *szybki spacer, spinanie* się po niezbyt stromych górach, z zachowaniem wszelkich reguł higienicznych odnośnie do wygodnej odzieży i pory dnia, może wprowadzić odżywczy strumień krwi, od-

świeżonej przyspieszonym oddychaniem, do obwodowych części ciała. Ruch ciała w otoczeniu świeżego powietrza należy do najpotężniejszych czynników, regenerujących objawy przedwczesnej i fizyologicznej starości. Jeden z wybitnych amerykańskich lekarzy zauważył u kilku przedwcześnie osiwiałych pacjentów, którym zalecił pobyt w Alpach, celem pobudzenia materii, zupełną regenerację barwika włosów do pierwotnej ich barwy. Pacjenci ci spinali się umiarkowanie po górach w ciągu kilku tygodni.

Uwzględnić należy, że podczas szybkiego spaceru pracują niemal wszystkie mięśnie ciała, a te kurcząc się, wciskają niejako krew do wewnętrznych narządów oraz obwodowych.

Naturalnie, że uwagi powyższe odnoszą się do ludzi zupełnie zdrowych. Wyjeżdżającym dla specjalnego leczenia pewnych przypadłości zalecamy zwrócić się do lekarza domowego i zdrojowego po wyczerpujące wskazówki, dotyczące się trybu życia w miejscu pobytu.

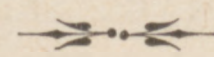
Kwestyą zapobiegania przedwczesnym zmianom starczym, tudzież zwalczania nabytych znamion starości i przedłużenia życia zajmowali się przeróżni badacze już w starożytności, i podziś dzień nie przestaje ona być jedną z najbardziej roztrząsanych. W dziełach tych autorów znajdujemy przeważnie przepisy, dotyczące się higienicznego życia, które bezprzecnie ma wpływ na długowieczność, atoli nie wyczerpują one szeregu metod *specjalnych, odmładzających* widocznie i w krótkim czasie organizm.

Jedną z tych metod odmładzających, praktycznie wypróbowaną przez pierwszorzędną powagę w świecie lekarskim w liczny szeregu doświadczeń na ludziach, okazujących już to objawy przedwczesnej starości, już to u osób w okresie fizyologicznej starości, podamy w następnym numerze „Kosmetyki“.

Dr. Luster.



Dlaczego włosy zmieniają swój kolor?



Bardzo często otrzymuję zapytania mniej więcej tej treści: „Włosy mi ściemniały po jednej stronie; co mam robić w celu przywrócenia im barwy pierwotnej?“ lub: „Włosy mi płowięją, pomimo iż nie używam żadnych kosmetyków, tylko myję włosy w roztworze sody; co mam robić, ażeby włosy nie płowiały? etc...“

Pytaniom tym oczywiście nic zarzucić nie można, i chęć otrzymania na nie odpowiedzi jest łatwo zrozumiała; szkoda tylko, iż koniec listu zawiera zwykle ot tak sobie en passant, jak gdyby od niechcenia, bardzo dyskretnie rzucone zapytanie: „jakiej mam użyć far-

by w danym przypadku, czy farby X. czy też Y, bo moja najszczerza przyjaciółka i t. d. i t. d.

Takie i tym podobne listy przekonywają mnie, że panie nasze jedyny i niezawodny ratunek widzą w farbach, do których wyłącznie apelują; to przypomina mi owego zięcia, co wciąż kłócił się z teściową, aż wreszcie chcąc, ażeby w domu zapanował spokój anielski, rozwiódł się ze żoną i ożenił się... ze... swą teściową.

Gdyby panie nasze wiedziały, że farba do włosów powinna być — jako malum necessarium — tylko ultimum refugium, inaczej mówiąc: że stosowanie farb wskazanem jest tylko w wypadkach rozpaczliwych, gdzie żadne inne środki nie pomagają, a nadewszystko, gdyby panie nasze miały jakie takie pojęcie o budowie włosa i higienie — ręczę, że użycie farb (oczywiście ku rozpacz fabrykantów) zmniejszyło by się znacznie.

Nadużywanie farb przez panie nasze, ze szkodą dla włosów, zniewoliło mnie do napisania kilku uwag luźnych w sprawie zmiany barwika włosów.

Nie chcąc nużyć czytelników opisem subtelnej budowy włosa, zaznaczę tylko pokrótce, iż wyrasta on z t. zw. cebulek włosowych, znajdujących się w głębi skóry, i składa się z 2 części: zewnętrznej powłoki bezbarwnej i wewnętrznej, zawierającej składniki mniej więcej zabarwione na kolor jasny, czerwony, brunatny lub czarny — co nadaje właściwy odcień włosom. Liczne badania wykazały, że włos *czarny* zawiera między innymi: tlenek żelaza i manganu, fosforan wapnia, krzemionkę, siarkę i w niewielkiej ilości tłuszcz o barwie ciemnej.

Włosy *rude* mają ten sam skład, z wyjątkiem substancji, tłustej zabarwionej na czerwono. W *jasno blond* i *siwych* włosach wykryto ostatnimi czasy również fosforan magnezu.

Z czynników warunkujących ten lub inny odcień włosów przede wszystkim wymienić należy dziedziczność i wpływy geograficzne. Od czegoż zależną jest zmiana koloru włosów? Postaram się dać możliwie wyczerpującą odpowiedź.

Wiadomo, iż rozmaite ujemne wpływy, jak choroby, zmartwienia, nadmierna praca umysłowa, nieracjonalne pielęgnowanie, niehigieniczny tryb życia, stosowanie szkodliwych kosmetyków etc... powodują *wypadanie* włosów. Od tych samych przyczyn zależną jest też powolna lub szybsza zmiana barwy.

U dziewcząt w okresie pojawienia się pierwszej miesięcznej przemiany fizjologicznej (między 12—15 rokiem) włosy bardzo często ciemnieją lub też z ciemnych stają się jaśniejszymi. Przyczyna tego zjawiska nie jest jeszcze dostatecznie wyświetloną; to samo zauważyć można niekiedy u kobiet 45—50 letnich w okresie t. zw. *climacterii* (przekwitania płciowego). Najwidoczniej zmianę taką powodują nieokreślone bliżej lecz w każdym razie *fizjologiczne* czynniki.

Co się tyczy zmiany koloru włosów, zależnej od chorób istniejących lub przebytych, to wszystkie pra-

wie choroby mogą warunkować taką zmianę. Literatura odnośna obfituje w bardzo wiele ciekawych opisów. Najczęściej silne bóle głowy i migrena *) dają powód do siwienia włosów; to samo zauważyć niekiedy można w przebiegu cukrowej choroby, podagry, reumatyzmu, chorób zębów, malarji, neurastenii, niemocy płciowej etc... U dziewcząt, dotkniętych blednicą, bardzo często płowieją włosy.

Z własnej praktyki mogę przytoczyć kilka bardzo ciekawych spostrzeżeń. Pierwsze dotyczy jednej z moich pacjentek, u której po tyfusie zaczęły przerażająco wypadać włosy; dzięki energicznie przeprowadzonej kuracji włosy w krótkim czasie odrosły, lecz zmieniły kolor, mianowicie z jasnych stały się ciemnymi; ponieważ miejscowo nie zalecałem takich środków chemicznych, od których włosy mogłyby ściemnieć, więc przypuszczam, iż przyczyny zjawiska szukać należy w zmianach zaszłych w ustroju pacjentki, po przebytej chorobie. Obserwowałem również u jednej 12 letniej dziewczynki po przebytej szkarlatynie, powikłanej chorobą nerek, ściemnienie włosów.

Niekiedy kuracja specjalna (żelazo, arsenik, Karlsbad, Kissingen, kąpiele siarczane) lub pobyt w pewnej miejscowości (morze i kąpiele morskie) warunkują *przejściową, chwilową* zmianę koloru włosów. Zjawisko to również nie jest jeszcze dostatecznie wyświetlone.

Najwięcej atoli, ze względów praktycznych, interesuje nas zmiana koloru włosów, zależna od stosowania tych lub innych środków chemicznych, wchodzących w skład t. zw. „płynów na wzmocnienie i porost włosów“. Płynów takich w handlu jest dużo, gdyż wyrastają co dzień nowe jak grzyby po deszczu. Niektóre z nich zawierają składniki, działające na barwik włosa. Ponieważ laicy w każdym reklamowanym preparacie widzą środek uniwersalny, więc stosują go, nie troszcząc się wcale o to, jak reagują ich włosy na różne chemikalja.

Płyny do włosów, wyrabiane w różnych perfumeryjach, zawierają przeważnie: środki ściągające (garbnik), wzmacniające (china, wodnik chloralu), podrażniające skórę (kantaryda, pilokarpina), usuwające łupież (boraks, soda, amoniak), usuwające nadmiar tłuszczu (kora mydłoki, spirytus) i wreszcie dezynfekujące (sublimat, kwas karbolowy, salicylowy, pyrogalusowy).

Otóż przy dłuższem użyciu niektórych z nich włosy zmieniają kolor. Zauważono na przykład, że od częstego mycia w roztworze sody włosy ciemne płowieją, od chinu i garbnika włosy jasne ciemnieją, to też blondynki powinny wystrzegać się wody i pomady chinowej, ewentualnie nie nadużywać takich preparatów. Amoniak i środki dezynfekujące również bardzo często powodują zmianę w kolorze włosów; to samo da się powiedzieć o niektórych tłuszczach, zawartych w t. zw. pomadach do włosów.

*) Zob. w № 12 „Kosmetyki“ mój art. pod tytułem: „Migrena jako przyczyna siwienia i wypadania włosów“.

Wreszcie nadmienić wypada, iż włosy ciemnieją chwilowo pod wpływem pyłu i kurzu, które na nich osiadają w mniejszej lub większej ilości. Lecz takie ściemnienie łatwo daje się usunąć za pomocą starannego zmycia włosów. Z tym objawem najczęściej ma się do czynienia u dzieci, to też matki niech zapamiętają to sobie dobrze...

Niektóre choroby włosów dają w następstwie również zmianę barwika, lecz o tem pomówię obszernie innym razem.

Wreszcie zauważono, iż niekiedy pod wpływem promieni Roentgena i po stosowaniu przez czas dłuższy radioterapii siwe i blond włosy ciemnieją. Przyczyna tego zjawiska na razie nie jest jeszcze dostatecznie objaśnioną.

Streszczając wszystko, co się wyżej rzekło, dochodzimy do wniosków następujących:

1) Każda najmniejsza nawet zmiana koloru włosów ma swoją ścisłą, określoną przyczynę.

2) Przyczynę tę należy przedewszystkiem dokładnie zbadać.

3) W większości przypadków racjonalne, proste zabiegi przywracają włosom ich kolor pierwotny.

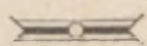
4) Z użyciem farb należy być nader oględnym, gdyż one bardzo często zamiast polepszyć — pogarszają sprawę.

Dr. H. Zamenhof.



Dr. L. Luster — Kraków.

Masaż suchej skóry.



W poprzednich numerach „Kosmetyki“ (7, I — 8, I — 3, II — 4, II) zamieściliśmy szereg prac o metodach, wskazaniach i przeciwwskazaniach masażu twarzy, atoli nie wyczerpaliśmy bynajmniej tego dość obszernego tematu. Omówiliśmy mięsienie twarzy normalnej i tłustej, oraz w przypadkach zmiany wyrazu twarzy, w następstwie zboczeń w mięśniach. Dziś pragniemy w krótkości naszkicować najważniejsze procedury, odnoszące się do masażu suchej, łuszczącej się skóry twarzy.

Przez cerę suchą rozumiemy skórę, której zdolność wydzielnicza gruczołów łojowych zmalała do tego stopnia, iż wysuszony nabłonek obficie rogowacieje i w postaci łusek zalega na twarzy. Przyczyną suchości skóry bywa najczęściej anemia i upośledzona—

z różnorodnych przyczyn — przemiana materii całego organizmu.

Zanim podamy wskazówki do lokalnych zabiegów, zwracamy uwagę, iż w przypadkach suchej cery osiąga się wtedy stałe, dodatnierezultaty, jeśli jednocześnie leczy się warunkującą ją przypadłość, wobec czego zalecamy w takich razach stanowczo zwrócić się do lekarza, a w razie rozpoznanej złej przemiany materii, poddać się mięsieniu całego ciała u rutynowanej masażystki.

Nieraz już wspominaliśmy, iż masaż ciała winien być częściej stosowany, aniżeli zwykle bywa. Warunki życia obecnej doby ukształtowały się dla nas tak niekorzystnie, że przemiana materii jest raczej letargiem, aniżeli siłą żywotną, to też korzystajmy z pobytu letniego u wód i stosujmy masaż ciała najmniej dwa razy w tygodniu — mimo pozornie dobrego zdrowia.

Miejscowo zwalcza się suchość skóry twarzy bardzo skutecznie głębokiem mięsieniem, masażem w kierunku przebiegu naczyń żylnych i dostarczeniem skórze tłuszczu, odpowiadającego swym składem chemicznym wydzielinie gruczołów skóry.

Głębokie mięsienie wykonywa się metodą **effleurage**, podaną dawniej dla normalnej cery, atoli siła użyta w tym przypadku winna być nieco znaczniejsza. Kierunki przesuwania palców wskazuje niżej zamieszczona rycina (R. I). Masuje się ku strzałkom.



Po skończonym głębokim masażu, który powinien trwać około 6 minut, masuje się wzdłuż naczyń żylnych. Mięsienie to ma głównie na celu wywołanie przekrwienia, a zatem dostarczenie gruczołom potrzebnego materiału, oraz pobudzenie nerwów, zaopatrujących narządy wydzielnicze skóry.

Na rycinie niżej zamieszczonej uwidocznione są naczynia krwionośne twarzy.

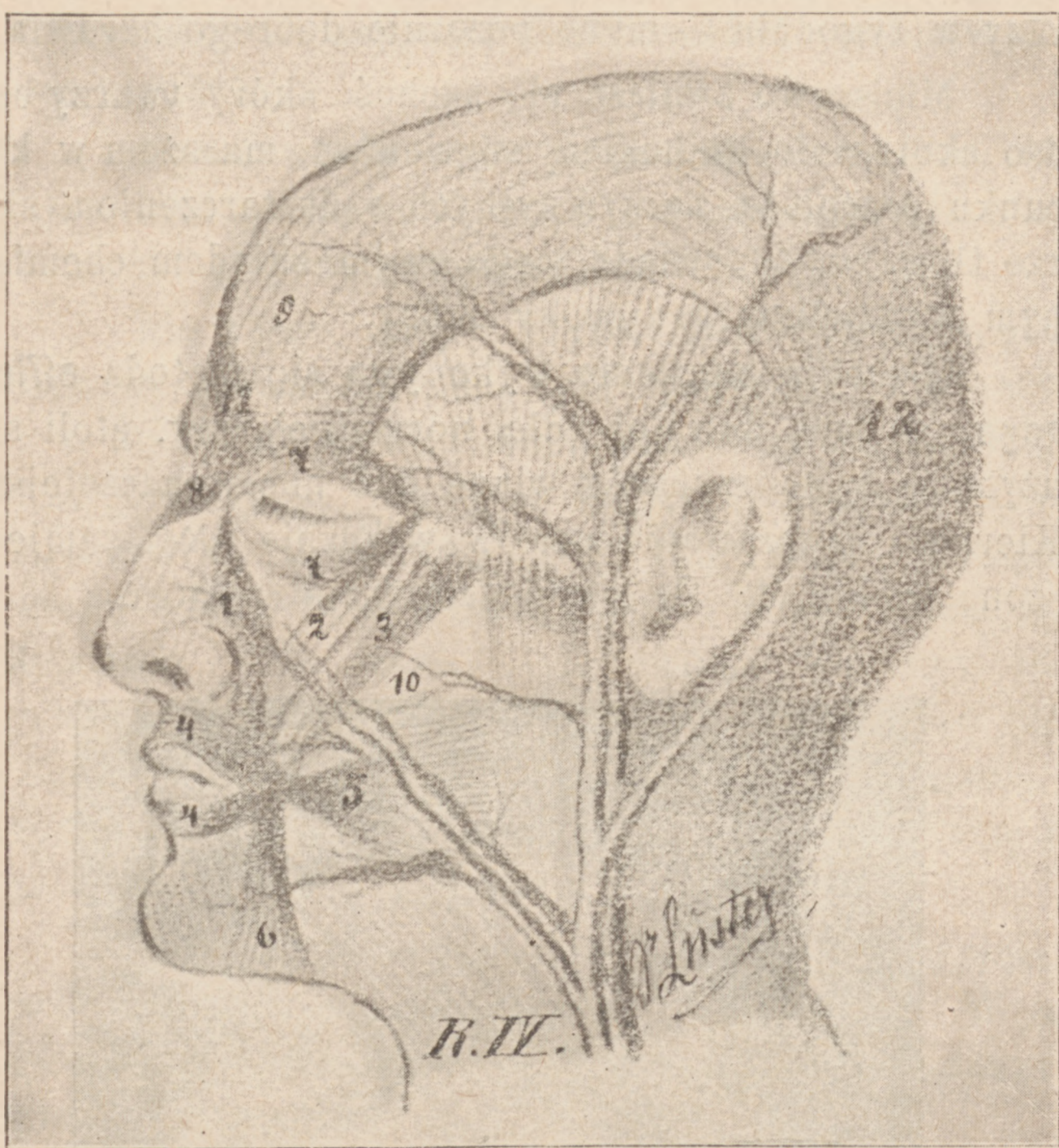
Rozpoczyna się zabieg ten od linii środkowej czoła (3-ma palcami oburącz), przesuwając palce łukowato ku uszom.

Od kąta zewnętrznego ocz (palcem wskazującym—płasko ułożonym)—niemal poprzecznie ku uszom.

Od kąta wewnętrznego ocz (palcami: wskazującym i średnim)—skośnie przez policzki ku szyi.

Od linii środkowej brody (3-ma palcami) porzecznie ku szyi.

Każdy ruch wykonywa się 5 razy, po poprzednim wtarcu w całą skórę twarzy kremu mitinowego (również wskazany dla głębokiego masażu), odpowiadającego pod względem chemicznym wydzielinie gruczołów skóry.



Objaśnienie R. IV:

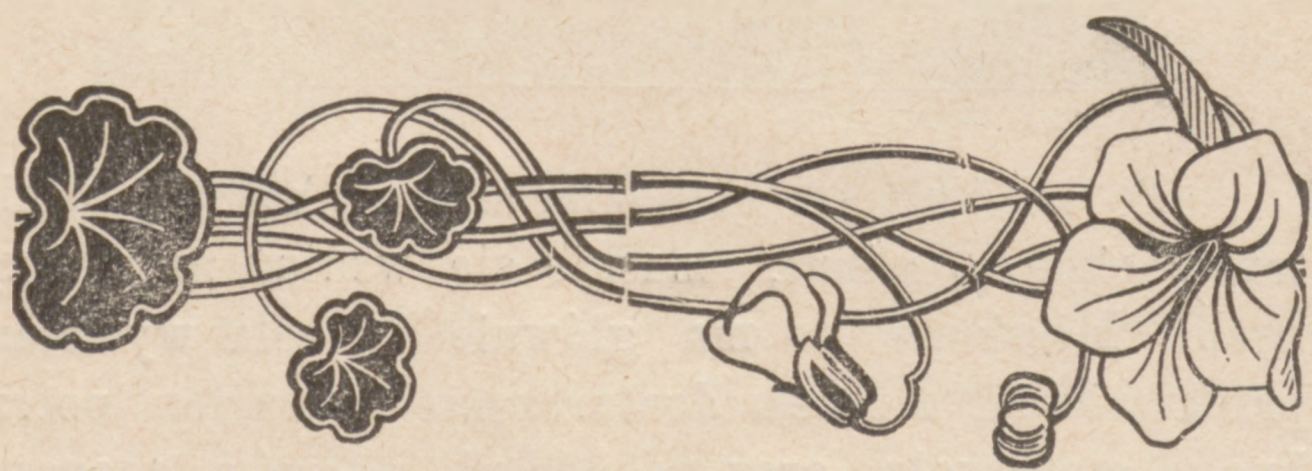
Mięsień 1, 2, 3, podnoszą kąt ust ku górze.

Mięsień 6 obniża kąt ust ku dołowi.

Mięsień 5 (t. zw. mięsień śmiechu, *Musculus risorius*) oddala kąt ust na zewnątrz.

M. 4—4 — zwieracz ust — zbliża kąty ust ku sobie.

Cienką powłokę wzmiankowanego kremu zostawia się przez noc na twarzy, a rano zmywa się gorącą wodą i bardzo delikatnem mydłem, w rodzaju „neutralnego“.



Piotr Klejn.

KOSMETYKA ZĘBÓW i JAMY USTNEJ.

Czem należy płukać zęby i usta.

(Dalszy ciąg).

Euthymolowy patrz „Eutymol“.

Eutymol firmy *Parke Davis & Co.*

Rp.

Olei Eucalypti gtt. XII

Olei Gaultheriae „ IX

Thymoli 1,00

Mentholi 0,75

Ac. borici 23,25

Extracti Baptisiae 3,75

Alcoholi

Aquae destillat. aa 475,00

MDS.

Łyżeczka na 1/2 szklanki letniej przegotowanej wody.

Własności: Jestto bezbarwny płyn, na naukowych podstawach zrecznie zestawiony. Przetwór ten posiada wybitne własności odkażające i odwianiające, dzięki swym składowym częściom, które nie są szkodliwe i nie drażnią a posiadają słaby, przyjemny i orzeźwiający smak, bez wyraźnego zapachu. Preparat ten wyrabiany jest w Anglii, i za zasługę poczytać należy wytwórcy, że na każdym flakonie podaje jego części składowe. Wyznać należy, że eliksir ten u nas jest jeszcze mało znany, a jeszcze mniej reklamowany. Do wad zaliczyć można chyba to, że jest jeszcze stosunkowo bardzo drogi (flakon kosztuje 1,25 k.). Stosując osobiście płyn ten od roku, żadnych innych wad się jeszcze nie dopatrzyłem. Zaznaczyć wszelako muszę, że dawniej fabrykowany eliksir był zabarwiony słabym wyciągiem indygowca, obecnie zaś, na zasadzie ostatnich wyników nauki, zabarwianie zostało zarzucone, i z tego też względu przy kupnie eliksiru żądać należy wyraźnie „bezbarwnego“. Stosuje się eliksir: 2 łyżeczki na szklankę letniej przegotowanej wody. Nadaje się do stałego użytku.

Galippe'go patrz. „Antyseptyczny“.

Glossa. (Wyrób warszawski).

Rp.

Przepis niewiadomy.

Co do własności patrz „Benedyktyński“.

Glycothymolin.

Rp.

Natri biboracici

„ bicarbonici

„ salicylici aa 13,00

Thymoli
Mentholi $\overline{aa}$ 1,00
Alcoholi 31,00
Glycerini 124,00
Aq. destillatae 1000,00

MDS.

Płukanie może być wprost użyte, bez
dodawania wody; nie rozcieńczać.

W ł a s n o ś c i posiada *ujemne* to też nie nadaje
się do codziennego użytku.

Greena dra.

Rp.

Kreosoti 1,2
Trae Myrrhae
„ Lavandulae $\overline{aa}$ 0,5
Syrup. simpl. 30,0
Aq. destillat. 200,0

MDS.

S z k o d l i w y!

Helma.

Rp.

Acidi benzoici 10,0
Spiritus Vini 100,0
Ol. Menth. pip. 1,0
Carmini q. s. ad col.

MDS.

W ł a s n o ś c i: Działa silnie odkażająco i od-
wianiająco; ze względu jednak na zabarwienie do co-
dziennego użytku się nie nadaje.

Herynga dra patrz „Salyrenzol“.

Heydera dra.

Rp.

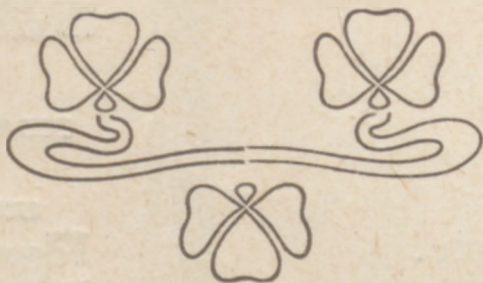
Trae Chinae
„ Myrrhae $\overline{aa}$ 2,0
Spirit. Melissa 100,0
Ol. Menth. pip. gtts. VII.

MDS.

Łyżeczka na $\frac{1}{2}$ szklanki letniej prze-
gotowanej wody.
N i e s t o s o w n y.

Holendera prof. patrz „Eau de Botôt V“.

(D. c. n.)



Odpowiedzi Redakcji.

P. Mary Bończa. 1) Progressywna „Kascha“. 2) Szkod-
liwy.

Lekarzowi w Tule. 1) Ocenę podaliśmy w N 13 „Kos-
metyki“. 2) Zawiera ołów. 3) Zawiera paraphenylendiamin.
4) Przepis był podany w N 7.

Do słusznych uwag zastosujemy się.¹

Dr. L. Uwagi wydrukujemy w jednym z najbliższych
numerów. Za słowa uznania dla naszej pracy serdecznie
dziękujemy.

Oziris. 1) Woda ciepła i mydło „neutralne“. 2) Masaż
przeciwwskazany. 3) W jednym z najbliższych numerów.
4) Zawiera lapis.

Matce mającej córkę dorosłą. Broszurki te, pisane bardzo
nieudolnie, zamiast uświadamiania, budzą fantazję i uśpioną
na dnie jej zmysłowość. Zagadnieniom z zakresu seksualnego,
mającym taki ścisły związek z urodą i zdrowiem, poświęcimy
wkrótce szereg artykułów.²

Sprawy seksualne omówimy z punktu widzenia higieny
i estetyki.

„Starej Babie“. 1) Gliceryny 50,0 i wody kolońskiej 15.
2) Woda ciepła i mydło „neutralne“. 3) Tylko dentysta, po
dokładnem zbadaniu.

P. Maryi. 1) Jeden z przepisów, podanych w N 7 r. z.
(n a l e ż y s t o s o w a ć p r z e z c z a s d ł u ż s z y).
2) Nieco cierpliwości—sprawie tej poświęcimy artykuł obszer-
ny; nie sposób w kilku słowach dać wyczerpującą odpowiedź.
3) Owszem, *ciemniej*, lecz nie *czerniej*.

P. Kamilli. 1) Niech Sz. Pani przeczyta uważnie arty-
kuł w numerze dzisiejszym oraz artykuł, zamieszczony w je-
dnym z poprzednich numerów „Kosmetyki“ pod tytułem „Hy-
giena włosów u dzieci“. 2) Będą zamieszczone.

Stałej prenumeratorki M. G. 1) Odtłuścić *starannie* meto-
dą podaną w N 14 „Kosmetyki“. 2) Progressywna „Kascha“.

P. Agrypinie. W dziale ogłoszeniowym.

Wdzięcznej. 1) Krem mitinowy i masaż. 1) Nie używać
przez pewien czas mydła. 3) Woda utleniona. 4) Nieszkodli-
wy, lecz w danym przypadku przeciwwskazany. 5) Wskazany
jest Lichtimitin. 6) W numerze dzisiejszym (masaż suchej
skóry).

Zmartwionej L. K. 1) Nie jest jedno i to samo. 2) Ma-
saż podług wskazówek podanych w poprzednich numerach
„Kosmetyki“.

N A D E S Ł A N E.

!! Ważne dla przejezdnych !!
REIM i S-ka
K R A K Ó W, Rynek g ł ó w n y
Linia A—B.

Polecamy nasz pierwszorzędny magazyn, któ-
ry posiada oprócz bogatego asortymentu różnorod-
nych towarów, olbrzymi wybór wyłącznie **hygie-
nicznych** kosmetycznych preparatów. Wykwintne
perfumy, duży wybór znakomitych mydeł, przybo-
rów toaletowych i wiele innych artykułów krajowych
i zagranicznych utrzymujemy stale na składzie.

Nie polecamy kosmetyków o nieznanym skła-
dzie chemicznym, bez aprobaty D-ra Lustra, spe-
cjalisty lekarskiej kosmetyki z Krakowa.

Masażystka Klichowa
Krynica

Poleca się do masażu Sz. kuracjom.

Kosmetyczne przetwory Mitinowe

D-ra Jessner'a z Królewca.

Mitinum purum — „fizyologiczny“ podkład do maści — zawierający czysty tłuszcz emulsjowany i znaczną ilość cieczy surowiczej — najdelikatniejsza massa do maści.

Krem Mitinowy — Mitin crème — wciera się znakomicie, nie pozostawia śladów tłuszczu — skóra chropowata przybiera wygląd delikatny — szczególnie zalecany dla bardzo wrażliwej skóry. —

Krem mitinowy posiada bardzo przyjemny zapach.

Pasta Mitinowa — krem o stalszej konsystencji o barwie skóry, przywraca normalne cechy skórze tłustej, wilgotnej i błyszczącej — nadto czyni niewrażliwą skórę, skłoną do zapalenia.

Mydło Mitinowe — przetłuszczone z zawartością 10% mitiny — znosi je doskonale najwrażliwsza skóra, mydło o nadzwyczaj przyjemnym zapachu — nadaje piękną i delikatną cerę.

Puder mitinowy tłusty zawiera 20% mitiny — nadaje skórze delikatny wygląd, przytłumia błyszczenie, bez wysuszania skóry, zabezpiecza od wpływu ostrego powietrza — jako też wilgotnego — posiada piękny zapach i bywa w kolorach — różowym, rachel i białym.

Proszek Mitinowy dla dzieci — usuwa znakomicie zaczerwienienie i wilgotność skóry — nadaje się doskonale do przysypywania dla dzieci.

Krem mitinowy zabezpieczający od promieni słońca (Lichtmitin) zawiera chininę, nadtlenek wodoru i mitinę — zabezpiecza od obrażeń świetlnych, od piegów i prążenia słonecznego, wciera się zrana i w południe w skórę twarzy i rąk.

Krem mitinowy od odmrożenia (Frostmitin) zawiera ichthyol, balsam peruwiański, olejek terpentynowy i t. d. zabezpiecza od bąbli i zaczerwienienia skóry, —wcierać należy zrana, na noc zakłada się opatrunek.

Perhydrol Mundwasser podług Prof. D-ra Med. Körnera z Halle — zawiera 30% najczystszej dwutlenku wodoru Merka (H_2O_2) z odpowiednią ilością najczystszej olejku miętowego Mitsham. Zaleca się jako bezwarunkowo najpewniejszy środek antyseptyczny do płukania ust po każdorazowym jedzeniu — jak również zrana po uprzednim wyczyszczeniu mechanicznym zębów pastą lub też proszkiem. W handlu znajduje się w praktycznym opakowaniu z aluminiowymi kieliszkami z nacięciem, wskazującym ilość perhydrolu, służącą do jednorazowego płukania jamy ustnej — pierwsza sztrycha na kieliszku (linja) wskazuje ilość wyłącznie perhydrolu — następna zaś — ilość wody dolanej do perhydrolu i mającej służyć do jednorazowego przepłukania ust.

Preparaty te wyrabia tylko

Chemiczna Fabryka Krewel i S-ka. w Kolonji nad Renem. Reprezentant na Królestwo Polskie i Litwę S. Rosciszewski, Bracka 6.

Żądać we wszystkich aptekach, składach aptecznych i perfumerjach.

Towarzystwo Akeyjne

„St.-Petersburskie Laboratorium Chemiczne“

(założone w r. 1860)

Izmajłowski Prospekt № 27.

Złoty Medal Paryż 1900 r.



Oceł toaletowy

Dzięki różnorodnym własnościom kosmetycznym swoich części składowych stał się niezbędnym środkiem toaletowym.

Do nabycia we wszystkich znaczniejszych perfumerjach i składach aptecznych.

Lecznica lekarsko-kosmetyczna

D-ra L. LUSTRA

SPECJALISTY

lekarskiej kosmetyki i chorób włosów.

Kraków, Florjańska 137.

Wszelkie podrzędne procedury, nie należące do zakresu działań lekarskich, wykluczone.

LECZNICA

Elektoralna 32.

Porady lekarskie w chorobach skóry i włosów,

od 3—4 codziennie,

prócz Niedziel i Świąt.

Żądać wszędzie!!

ŻAŁAĆ WSZĘDZIE!!

PIEGI i opaleniznę usuwa
radykalnie

Albarosa dra K. Jules.

Ten wypróbowany i najlepszy w świecie

środek, udelikatniający cerę i nadający jej piękną białosć działa skutecznie.

Przedstawiciel WIKTOR ASKANAS, Warszawa Sienna 11. Tel. 170,94.

Żądać wszędzie!!

PIEGI, plamy i opaleniznę usuwa
LANOL Klimeckiego. Sprzedaż w składach aptecznych, perfumerjach i aptekach. Główna sprzedaż w Laboratorium Klimeckiego.

WARSZAWA,

Niecała 5. Telefon 33,74.

Jan Zaleszczyński

Rymarska 18

POLECA

SWÓJ PUDER

CENA PUDEŁKA:

15 k.

30 k.

50 k.

N. 4711.

PARFUM CORDIALE

PERFUMY „KORDIAL”

NAJNOWSZE i NAJMODNIEJSZE
PERFUMY

POD WZGLĘDEM PIĘKNOŚCI i SIŁY
ZAPACHU

NIE MAJĄ RÓWNYCH SOBIE.

Ferd. Mülhens

KOLONIA NAD RENEM.
DOSTAWCY DWORU
JEGO CESARSKIEJ MOŚCI.
DO NABYCIA WSZĘDZIE.