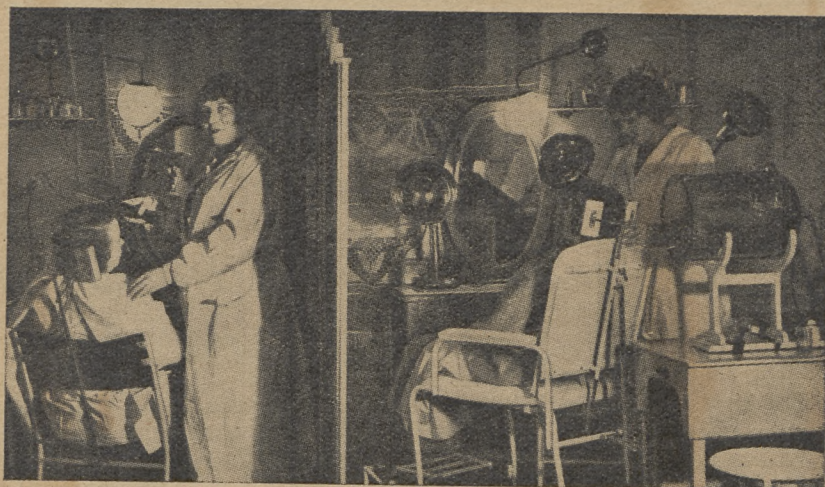


# Kosmetyka nowoczesna



PIERWSZE W POLSCE WYDAWNICTWO POŚWIĘCONE KOSMETYCE,  
HIGJENIE I CHEMJI KOSMETYCZNEJ.

## NUMER NINIEJSZY ZAWIERA:

**CO KAŻDY ŁYSY I NIECHĄCY  
ZOSTAĆ ŁYSYM  
WIEDZIEĆ POWINIEN:**

O DJETETYCE I KOSMETYCE WŁOSÓW (O PIELEGNOWANIU WŁOSÓW) ARTYKUŁ TRAKTUJĄCY O ZWALCZANIU PRZEDWCZESNEGO ŁYSIENIA I WYPADANIA WŁOSÓW, SZCZEGÓŁOWO OMAWIA TĘ KWESTJĘ I POWINIEN ZAINTERESOWAĆ WSZYSTKICH: I ARTYKUŁY: Z DZIEDZINY PSYCHOKOSMETYKI: MASAŻ KOJĄCY NERWY, RADY W PREPARATACH KOSMETYCZNYCH, KREMY NASWIETLANE PROMIENIAMI NADFIOŁKOWEMI, Z POGRANICZA DERMATOLOGJI I KOSMETYKI, CHIRURGIA KOSMETYCZNA: CZY JEST ONA NOWOŚCIĄ I POŻYTECZNĄ, HIGJENA SNU, OBFITY DZIAŁ CHEMJI KOSMETYCZNEJ I INNE.

**N<sup>o</sup> 2—3. 25 Styczeń 1934 r. Rok 1.**

**CENA NUMERU NINIEJSZEGO ZŁ. 1.20**  
REDAKTOR i WYDAWCA: STEFAN ARTYMIŃSKI  
REDAKCJA: WARSZAWA, NOWY-ŚWIAT, N<sup>o</sup> 36  
TELEFON 606-42 KONTO P. K. O. 8.485





# Kosmetyka wytwornej Pani

## ANTIBA

SIE. GE. LUDWIK SPIESS i SYN SA.  
WARSAWA

### DLA CERY SUCHEJ

#### Krem do oczyszczania skóry

Oczyszcza gruntownie naskórek ze wszelkich zanieczyszczeń mechanicznych jak kurz, puder lub szminka.

#### Krem odżywczy Antiba

Przy zwiótczałej skórze ze skłonnością do zmarszczek, odżywia naskórek nadaje świeżość i gładkość.

#### Krem złotowy Antiba

Specjalnie skuteczny przy suchej i łuszczącej się skórze, zawierający naturalne składniki ziół aromatycznych.

#### Lotion Tonique Antiba

Do zmywania i odświeżania twarzy, oczyszcza i wybiela cerę.

#### Extrait Antiride Antiba

Przy skłonności do zmarszczek, wzmacnia i udelikatnia naskórek.



### ACTICRÈME

aktywowany krem hormonalny o sile 500 jedn. biolog. w 1 g., regeneruje i odmładza cerę, usuwa zmarszczki.

### DLA CERY TŁUSTEJ

#### Otrąbki migdałowe kosmetyczne

Zawierają oprócz otrąbek proszkowany korzeń fiołkowy. Do mycia wzamian mydła przy cerach wrażliwych.

#### Ocetoal Antiba

Do zmywania skóry o nadmiernym wydzielaniu gruczołów potowych i łojowych, przeciwdziała zwiótczeniu, zwalcza zmarszczki.

#### Tonique Astringent Antiba

Działa wzmacniająco na mięśnie twarzy, oczyszcza skórę i zwięża pory. Specjalnie skuteczny przy wągrach.

#### Krem Haz-Elite Antiba

Wybiela i udelikatnia naskórek, wyborny jako krem pod puder.

# INSTYTUT KOSMETYCZNY „MÉDICAL”

WARSZAWA, NOWY ŚWIAT 26 I-SZE PIĘTRO

Wszelkie zabiegi w zakresie kosmetyki lekarskiej

Włosów wypadanie, łupież, przedwczesne łysienie

Nosa i rąk czerwoność (odmrożenia)

Brodawki, blizny, kurzajki

Trądzik, łojotok twarzy

radykalnie usuwamy.

Odmładzanie najczęściej zniszczonych pomarszczonych  
twarzy preparatami hormonalnymi „ANTIBA”

Lekarz specjalista przyjmuje codziennie

Przyjęcia panów 4 — 8 wiecz.



# KOSMETYKA NOWOCZESNA

## TYGODNIK KOSMETYCZNO-CHEMICZNY

REDAKTOR I WYDAWCA: STEFAN ARTYMIŃSKI.

T R E Ś Ć 1) Nasze drogowskazy. 2) Djetetyka i kosmetyka włosów c. d. 3) Z dziedziny psychokosmetyki (kojący masaż) 4) Z pogranicza dermatologii i kosmetyki. 5) Higijena snu. 6) Chirurgja kosmetyczna. 7) Rad w preparatach kosmetycznych 8) Kremy naświetlane. 9) Zapobieganie odmrożeńom. 10) Emulsje kosmetyczne. 11) Fabrykacja pudru sposobem fabrycznym i domowym. 12) Zioła, w kosmetyce. 13) Szkodliwe działanie shampoońów i mydeł zawierających nadmierne ilości sody i potasu. 14) Z praktyki dla praktyki. 15) Sprawy zawodowe. 16) Źródła zakupu.

### Nasze drogowskazy

Rozpoczynając wydawanie naszego czasopisma mieliśmy na celu dostarczanie rzeszom zainteresowanych możliwie wyczerpujących niezbędnych wiadomości, niezbędnych tak dla pogłębiania ich fachowej wiedzy, jak i do codziennego wykonywania ich skomplikowanego zawodu.

Pismo, którego poczynność jest zgóry ograniczona pewną niewielką liczbą ewentualnych czytelników, pismo podobne, nieoparte na subwencjach, ani pomocach materialnych organizacji zawodowych, nie może być obliczone na zyski. To też rzeczą zrozumiałą jest, że cel zarobkowy nam tu nie przyświeca.

Pomocy żadnej, subwencji żadnych, i nawet, że tak powiemy, żadnego oparcia moralnego. Kroczymy o własnych siłach, zupełnie niezależni, i nieskrępowani niczem, oprócz... drogowskazów, którymi sami obstawiliśmy szlaki nasze.

Szlaki to jeszcze nieuczęszczane, prawie puste, jak pustymi są półki księgarskie w dziale polskich dzieł kosmetycznych, nie tłumaczeń autorów zagranicznych z różnych okresów czasu, mniej lub więcej znanych, a oryginalnych współczesnych dzieł fachowych polskich, opartych na obserwacji i czysto fachowym doświadczeniu, mogących się stać lub zastąpić cenne podręczniki, których zupełny brak odczuwa się tak bardzo w Polsce. I zdawałoby się, że istnienie sporej ilości szkół kosmetycznych w kraju samo przez się rozwiązuje zagadnienie, zwłaszcza, że szkoły nasze swym poziomem przewyższają nie raz poziomy znanych instytutów zagranicznych. Niestety, życie czego innego nas uczy. Absolwentki szkół kosmetycznych, pomimo wypełnienia programu i chlubnie zdanych egzaminów, same dochodzą do wniosku, że szkoła daje im tylko podstawy wiedzy i możność orjentowania się w różnych dziedzinach ich trudnego fachu. Natomiast pogłębienie tej wiedzy muszą sami sobie zdobyć drogą samodzielnych fachowych studjów.

Trzeba mieć zawsze na uwadze, że zbieranie własnych doświadczeń jest zawsze więcej kosztowne, niż korzystanie z owoców doświadczeń cudzych. W jednej dobrej książce, w kilkunastu numerach czasopisma, można czasem znaleźć więcej doświad-

czeń, niż przeciętny człowiek mógłby zebrać przez ciąg całego życia. To też, zadaniem naszym będzie przede wszystkim dzielenie się z czytelnikami naszymi obserwacjami i doświadczeniami we wszystkich dziedzinach kosmetyki współczesnej. Może się zdarzyć, że niektórych wiadomości kosmetycy nie będą mieli potrzeby, ani sposobności, w swej praktyce wykorzystać, ale ztąd jeszcze nie wynika, ażeby nie potrzebowali o nich wiedzieć. Często się zdarza, że do warsztatów naszej pracy przychodzą nie same tylko panie, rozprawiające o urodzie i kłopotach sezonowych, lecz, że nieraz nas odwiedzi jakiś inżynier chemik, magister farmacji, student medyk, a czasem i młoda lekarka albo lekarz, pragnący zapoznać się bliżej z kosmetyką. Zdarza się dość często również, że przyjdzie klient, któremu zagranicą stosowano jakieś specjalne zabiegi. Jakież wrażenie zrobi na nim kosmetyczka, która nigdy nie słyszała o zabiegach takich, lub nie potrafi dać odpowiedzi na jakieś zapytanie z dziedziny metod i środków kosmetycznych?

Wszelkie wiadomości kosmetyczne, czy to od razu użyteczne, czy to te narazie niby zbędne, — stanowią jakby kapitał obrotowy każdego zamiłowanego i dążącego do postępu w swym zawodzie.

Oczywista rzecz, że będą one balastem niepotrzebnym dla takich pań, które zajmują się kosmetykę tylko w przerwach, pomiędzy jedną posadką biurową, a drugą, i które pozatem nic wspólnego właściwie z tą dziedziną wiedzy nie mają i mieć nie chcą.

Nie dla takich jednak czytelników poświęcamy naszą pracę. Zadaniem naszym jest budzić umysły zamiłowanych kosmetyczek do samodzielnej pracy nad zagadnieniami, które będziemy poruszać w naszym piśmie.

Chcielibyśmy, aby nasze artykuły, nasze projekty, pomysły i wskazówki były bodźcami do stałego ulepszenia metod naszej pracy, ażeby w umysłach świadomych swego celu kosmetyczek wysnuwały się z nich ich własne spostrzeżenia i ulepszenia, ażeby dokoła naszych obserwacji i dociekań powstawała polemika, nie ta zjadliwa i jałowa, lecz czysto obiektywna, fachowa, mająca za przed-



miot swej krytyki treść artykułu, lecz nie osobę autora.

Wiemy dobrze, że już przy czytaniu jakiegoś artykułu powstają u nas nowe spostrzeżenia i myśli. Często rzeczy dziś niepotrzebne mogą już jutro przed nami stanąć w postaci ważnych zagadnień,

wymagających natychmiastowego rozwiązania. Nie należy więc gardzić niczem, ani zrażać się przeszkodami w przyswojeniu swemu umysłowi wiadomości, które na razie wydają się nam zbyt trudne. Nie należy żałować wysiłku w tym kierunku, bo, ażeby jutro zbierać korzyści, trzeba się dziś uczyć.

Stefan Artymiński

## Dietetyka i Kosmetyka włosów

(dalszy ciąg).

Konieczność natłuszczenia t. j. odżywiania włosów wynika z następujących powodów:

Skóra owłosionej części głowy jest znacznie cieńszą od skóry innych części ciała. Trudno nie zauważyć, że włosy wypadają wyłącznie na miejscach pozbawionych warstwy mięśniowej. Natomiast na karku i na skroniach gdzie znajdują się mocne mięśnie i tkanka tłuszczowa, ruchy mięśni ułatwiają cyrkulację soków, w tym wypadku krwi i limfy, dzięki temu wymienione części głowy są odżywiane lepiej od części pozbawionych mięśni i tkanki tłuszczowej i nie łysieją nigdy. Skóra głowy w miarę wzrostu człowieka rozciąga się coraz więcej i staje się coraz cieńszą, mniej elastyczną i coraz chudsza przede wszystkim na ciemieniu. Dzieje się to wskutek naciągania skóry przez silnie rozwinięte mięśnie karku i czoła. Mięśnie te kurcząc się naciągają coraz silniej skórę wierzchu głowy. Z powodu tego naciągnięcia skóry naczynia krwionośne zwężają się i utrudniają krwioobieg co prowadzi w następstwie do stałego upośledzenia odżywiania skóry. To też tylko pogorszeniem się warunków odżywiania (krwioobiegu) można tłumaczyć fakt, że skóra wierzchniej części głowy różni się tak znacznie kolorem od skóry innych części ciała i jest albo koloru zupełnie białego, lub koloru kości słoniowej t. j. lekko żółtawa. Grubość skóry głowy zależna jest również w pewnej mierze od budowy czaszki. Zauważyłem że osobnicy z silnie wypukłymi kośćmi tylnej części czaszki częściej łysieją od osobników o normalnej gładkiej z tyłu budowie. Wynika z tego, że wystające kości tylnej części czaszki utrudniają i pogarszają warunki krwioobiegu w skórze głowy i często w połączeniu z przyczynami, wymienionymi w treści artykułu prowadzą do stopniowego marnienia włosów.

Upośledzenie w odżywianiu skóry prowadzi do anemii włosów można to bardzo łatwo stwierdzić nawet gołym okiem: włos staje się coraz krótszym i coraz cieńszym. Najczęściej pogarsza się jeszcze opisany stan włosów rzadkiem strzyżeniem, a to celem ukrycia przeświecającej łysinki „pożyczaniem“ włosów i zaczesywaniem na ciemie, skutkiem czego skóra głowy i tak dostatecznie anemiczna, musi jeszcze wyżywić bardzo długie włosy, a również utrudnia się tym oddychanie i działanie dobroczynne powietrza i słońca na skórę. Rokowanie w początkach przedwczesnego łysienia jest pomyślne, jeżeli stan nadmiernego wypadania włosów zbyttnio się przedłuża, tem mniej jest nadziei na dobre wyniki kuracji i rozumie się kuracja musi trwać dłużej, czasem kilka miesięcy.

Najczęściej w początkowym stadium wypadania włosów nie zwraca się żadnej uwagi. Dopiero uwagę otoczenia zwraca przeświecająca łysina i zmusza nas do zajęcia się ratowaniem resztek włosów. U osób z suchą skórą głowy wypadanie włosów zaczyna się najczęściej łuszczeniem skóry (**łupież**), i może mieć miejsce już w dzieciństwie, tego symptomu albo się nie zauważa, albo stara się go usunąć częstym myciem. W wypadkach bardzo słabych, kiedy łuszczenie się skóry jest spowodowane procesem powierzchownym taki proces może przejść zupełnie samodzielnie. U dzieci nprz. wypadanie włosów w takich razach jest znacznie słabsze, lecz wyjaśnienia tego zjawiska należy szukać w świeżości ich organizmu i sił żywotnych, zanikających u osób starszych. W większości wypadków łuszczenie powraca w okresie dojrzewania płciowego i to w stopniu znacznie silniejszym.

Łuszczenie się skóry jest umotywowane nieprawidłowym rogowaceniem skóry głowy, źle odżywianej. Należy pamiętać, że włosy odżywiają się przede wszystkim nie przy pomocy brodawek (cebulek), a przez skórę okrażającą zewnętrzną stronę brodawek włosów. To też zrogowacenie zewnętrznej strony brodawki powoduje upośledzenie krwioobiegu, a tem samym odżywiania włosów i jest przyczyną coraz szybszego wypadania.

Tworzenie się nowego włosa, ze względu na naruszenie funkcji jego brodawki przez zrogowaciały naskórek, jest niemożliwe i otrzymujemy efekt:

**włosy stare wypadają, nowe nie rosną.**

Cała masa osób nie orientuje się w przyczynach łuszczenia się skóry, stara się usunąć taki proces coraz częstszym myciem i to używając środków energicznych lecz szkodliwych, skutkiem czego odłuszcza skórę owłosionej części głowy, włosy stają się coraz cieńsze i kruche, łupież się zwiększa. Tym tylko można objaśnić powstawanie rogowacenia naskórka. Podobny objaw można zaobserwować również i na skórze twarzy nieowłosionej, nprz. policzków wynikający przede wszystkim z częstego mycia twarzy wodą, nieodpowiednim mydłem, bez następnego natłuszczenia skóry.

**Tylko stosowaniem odpowiednich tłuszczu możemy uniknąć rogowacenia naskórka i łuszczenia się skóry głowy.**

Odpowiednie środki do natłuszczenia skóry głowy pozbawionej własnego tłuszczu będziemy stosować w formie olejków lub kremów. Natłuszczenie będzie miało podwójny cel, a mianowicie:



**OCHRONĘ** gleby włosów przed zmianą temperatury (zimnem lub gorącym) i **ODŻYWIANIE** tej gleby, oraz nadawanie włosom połysku i elastyczności.

Natłuszczanie ciała i włosów było w starożytności w powszechnym zastosowaniu. Używano tłuszczu do namaszczania jako środków zabezpieczających od wpływu zimna. Przez tysiące lat przetrwał zwyczaj natłuszczania włosów i wiara w to że włosy natłuszczone szybciej rosną. W czasach obecnych, z małymi wyjątkami, tylko mieszkańcy prowincji stosują te starodawne środki natłuszczające w postaci pomad i olejków do włosów. Wystarczy porównać owłosienie mieszkańców miast i wsi, aby się przekonać że zaniechanie tych racjonalnych środków przez inteligencję poczyniło ogromne spustoszenia.

Proszę rzucić okiem nprz. w teatrze i zobaczyć jaki tłum głów podobnych do kul bilardowych i proszę wśród paru tysięcy wieśniaków zebranych w wiejskim kościele znaleźć paru łysych. Pewno że wiara w takie tłuszcze jak: tłuszcz z grzywy czarnego konia, w sadło niedźwiedzie, tłuszcz żółwiów była w dawnych wiekach przesadą, lecz prawdą jest również i to że zastąpienie tłuszczu przez bezwartościowe środki jak brylantyny i większość wód do włosów, niema żadnego uzasadnienia.

Jakie olbrzymie znaczenie dla włosów ma natłuszczanie, może służyć fakt, że włos dobrze odżywiony siwieje znacznie później od włosa nienatłuszczonego. Jako podstawowe składniki do pomad, kremów i olejków do natłuszczania włosów służą neutralne tłuszcze. Bardzo często stosowanem jest masło kakaowe, następnie lanolina, masło kokosowe, smalec, z olejków: ol. rycynowy, oliwa nicejska, ol. migdałowy, ol. orzechowy.

#### Jak należy stosować środki natłuszczające?

Z reguły 2 do 3 razy tygodniowo i to wcieraniem w skórę głowy. Odrobinę kremu wzgl. 10—20 kropli olejku wcieramy w skórę głowy, nie we włosy. W tym celu robimy podziałki we włosach, następnie czesamy grzebieniem dla, tem lepszego rozłożenia tłuszczu na skórze. Wcieranie tłuszczu w skórę głowy możemy skutecznie rano lub wieczorem, dopiero na natłuszczonej skórze głowy przy rannem czesaniu możemy natrysnąć kilkadziesiąt kropli wody do włosów (nprz. chinowej) zawierającej słaby (20—30%) alkohol w połączeniu ze środkami wzmacniającymi glebę włosów i pobudzającymi włosy do szybszego porostu.

Alkohol będzie w tym wypadku działać jako rozpuszczalnik tłuszczu pozwoli mu przeniknąć w głąb tkanki, wzmocni włosy, zdezynfekuje i lekko rozgrzeje skórę, nie będzie szkodliwym, gdyż, dzięki dodatkowi alkoholu, szybko wyschnie i pozwoli wkrótce po rannej toalecie wyjść na zimno bez obawy przeziębienia włosów. Celem usunięcia możliwego rogowacenia naskórka, autor nin. artykułu stosuje od lat 10 z bardzo dobrym wynikiem obfite natłuszczanie skóry głowy oliwą nicejską na mniej więcej 2 godziny przed każdorazowym (raz na 2—3 tyg.) myciem głowy. Należy pamiętać również, że po umyciu głowy, już na drugi dzień rano, koniecznym jest natłuszczenie skóry kremem lub olejkiem do włosów.

Wspomniałem wyżej o stosowaniu smalcu

wieprzowego do pomad na włosy. Niejeden z czytelników (szczególniej jaroszów) wzdygnie się na samo wspomnienie smalcu. A jednak dzięki właściwościom fizjologicznym nadaje się on szczególnie do natłuszczania włosów, należy tylko używać do tego celu dobre, świeże gatunki smalcu (najlepiej amerykańskiego prasowanego). Bardzo odpowiednim będzie następujący krem:

- |                      |       |
|----------------------|-------|
| 1) Adeps suillus     | 40,0— |
| Cetaceum             | 5,0—  |
| Ol. amygdalar. dulc. | 5,0—  |

(środek konserwujący i zapach benzoës, balsam peruwiański, olejki wody kolońskiej).

Podam jeszcze kilka odpowiednich przepisów do wyrobu kremów i olejków:

- |                                     |       |
|-------------------------------------|-------|
| 2) Ol. cacao (masło kakaowe)        | 10,0— |
| Ol. amygdalar. dulc.                | 20,0— |
| Ol. rosarum, ol. geraniae à gtt. I. |       |
| Krem do włosów                      |       |
| 3) Cetaceum                         | 6,0—  |
| Ol. ricini                          | 25,0— |
| Ol. arachidis                       | 20,0— |
| Krem do włosów                      |       |
| 4) Lanolini anhydr.                 | 15,0— |
| Adeps suillus                       | 20,0— |
| Ol. olivarum                        | 15,0— |
| Tra benzoës                         | 1,0—  |
| Krem do włosów                      |       |
| 5) Lanolin. anhydric.               | 5,0—  |
| Ol. olivarum arnicarum              | 45,0— |
| Olejek do włosów                    |       |
| 6) Ol. ricini                       | 10,0— |
| Spir. vini 95%                      | 50,0— |
| Ol. pro aqua coloniensis gtt. XV.   |       |

Olejek arnikowy w przepisie 5-m przyrządza się zagotowaniem na kąpeli wodnej ol. nicejskiej z kwiatem arniki w stosunku 1 na 10 oliwy.

Środki wymienione wystarczą do racjonalnego pielęgnowania i odżywiania suchej skóry głowy.

Te środki będziemy stosować do miejscowej djetetyki włosów wcierając według podanych wskázówek.

Poznając djetetykę skóry głowy z niniejszego artykułu nie mielibyśmy całokształtu wiadomości mających na celu pielęgnowanie włosów, **gdybyśmy nie zwrócili uwagi i na djetetykę ogólną**, która będzie miała na celu oddziaływanie na zawartość we włosach tych substancji chemicznych, które normalnie znajdują się w zdrowych włosach. Według analizy włosy zawierają ca: 50% siarki i czystego popiołu, 20% krzemienia i 10% żelaza i merglu.

Jeżeli włosy chorują, stają się cienkie, łamliwe, zmieniają pasmami kolor, rozszczepiają się, grubieją na pewnej przestrzeni, będzie to dowodem pewnych odchyień w ich składzie chemicznym. Wiemy dobrze że racjonalnie i dostatecznie karmione zwierzęta poznaje się po obfitej, pięknie błyszczącej sierści w przeciwieństwie do zwierząt głodzonych, które linieją i mają sierść jakby uszkodzoną przez mole. Również i u ludzi można zauważyć znaczne wypadanie włosów po dłuższem niedożywianiu lub wyniszczających organizm długotrwałych chorobach, i to nie tylko za-



każnych (jak nprz. grypa) lecz również i wewnętrznych (nprz. wrzody żołądka).

To też konieczną rzeczą w wypadku wypadania włosów będzie zastanowienie się nad naszym odżywianiem, często bardzo jednostronnem. Racjonalną dietą ogólną będzie spożywanie produktów, które dostarczają w największej ilości organizmowi, a pośrednio i włosom tych substancji chemicznych, które one w normalnym stanie zawierają: w tym celu dajemy pierwszeństwo takim produktom spożywczym: surowym jajkom, niegotowanemu mleku, kaszy owsianej, klejom w postaci mocnych zup ugotowanych na dużej ilości kości, nóżkom cielęcym w różnej postaci (smażonym, zimnym, gotowanym) jako zawierającym klej, a zarazem i potrawom, które przygotowuje się z dodatkiem żelatyny (niektóre desery — galaretki) lub też spożywamy surową żelatynę.

Wpływ takiej diety na porost włosów jest bezsporny, włosy zaczynają rosnać szybciej. Jak widać z podanego jadłospisu dieta taka nie jest ani zbyt ciężka, ani nie pociąga za sobą nadzwyczajnych wydatków. W podobny sposób jak dieta wpływają na porost włosów i niektóre środki lecznicze, jak preparaty żelaza, z tej prostej przyczyny, że żelazo ma bardzo dawno ustaloną sławę środka krwiotwórczego.

**Niemniej ważnym, a dotychczas lekceważonym czynnikiem, wpływającym na odżywianie i porost włosów, JEST MASAŻ OWŁOSIONEJ CZĘŚCI GŁOWY.**

Masaż głowy ma na celu przede wszystkim wzmocnienie krążenia krwi w skórze. Prócz tego wspomniany masaż przysposabia i pobudza do pracy leżące pod skórą komórki i tkanki tłuszczowe i wzmacnia ich sekrecję, uelastycznia i wspania skórę (wzmacnia). Wykonywanie samodzielne takiego masażu można polecić pacjentowi, co ma szczególnie miejsce z pacjentami, którzy nie mogą odwiedzać gabinetu kosmetycznego częściej niż 1 — 2 razy tygodniowo. Tego rodzaju współdziałanie pacjenta będzie miało również i cel pedagogiczny, gdyż przyzwyczai go do codziennego wykonywania wskazanych przez specjalistę — kosmetyka zabiegów.

Masaż głowy jest zabiegiem zupełnie łatwym do wykonania nawet dla laika, a to ze względu na to, że w masażu owłosionej części głowy mamy tylko 3-y zasadnicze ruchy, a mianowicie:

1) rozcieranie, 2) przesuwanie, 3) uderzanie.

Prawidła wykonywania tych ruchów są następujące:

a) **rozcieranie:** wykonywujemy 2-ma lub 3-ma środkowymi palcami. W tym celu dzielimy teoretycznie głowę na części tak, jak dzielimy pomarańczę w czasie obierania ze skóry. Rozcieranie zaczynamy od **dołu czaszki ku górze** od tych części głowy, które mają dobrze rozwinięte mięśnie i grubszą tkankę tłuszczową, a więc z tyłu od szyji (od miejsca w którym u panów kończy się kołnierzyk). z boków na skroniach od miejsca położonego pod prawym, lub lewym uchem, i na czole od połowy wierzchu czaszki tak, że ruchy masującego powinny się z każdej strony schodzić do ciemienia. Roz-

cieranie wykonywujemy jedną ręką, drugą przytrzymujemy skórę na czaszce z tyłu lub z boków. (Rycina 1)



b) **przesuwanie skóry głowy:** obydwie ręce leżą z szeroko rozwartymi wielkimi palcami poprzecznie do czoła i posuwają się **lekką ugniatając i przesuwając** skórę głowy (stałe w poprzek) z tyłu i z przodu, aż do wierzchu czaszki. Ruchy mające na celu przesuwanie i ugniatanie skóry, wykonywujemy poczynając od tych samych miejsc, od których rozpoczynaliśmy rozcieranie (kierunek tego ruchu: od dolnej części lewego ucha do prawego i odwrotnie). Te same ruchy wykonywujemy następnie w kierunku długości czaszki, t.j. od połowy czoła i od karku do wierzchu czaszki. Ruchy poprzeczne wykonywujemy stojąc do pacjentów bokiem. Przesuwanie skóry ma na celu dokładne rozprowadzenie wydobytych rozcieraniem na wierzch soków odżywczych z gruczołów tkanek mięśni i spulchnienie skóry. (Rycina 2)



c) **uderzanie (klepanie)** jest ostatnim ruchem w masażu głowy i należy go wykonywać uderzając **lekką, szybko i elastycznie** poduszczkami palców obu rąk. Będzie to t.zw. masaż wibracyjny głowy, (Rycina 3) który w gabinetach kosmetycznych wykonywujemy przeważnie przy pomocy elektrycznych aparatów wibracyjnych, lub też specjalnych klepadełek elektrycznych (ameryk. klepadełek zw. pat-ter). Masaż głowy wykonywany przez wykwalifikowaną kosmetyczkę powinien trwać nie dłużej od 5 — 10 minut, masaż taki robiony przy codziennej toalecie włosów samodzielnie przez pacjenta wg. wskazówek kosmetyka najwyżej 2 — 3 minuty. Podczas masażu



suchych skór głowy, możemy wmasowywać od czasu do czasu jeden z kremów lub olejek z pośród



podanych w przepisach, wmasowujemy natłuszczając poduszcзки palców kremem lub olejkiem w minimalnej ilości. Należy pamiętać w masażu, że wszystkie ruchy (prócz przesuwania), wykonywane poduszczkami palców, i że należy bezwzględnie unikać pociągania i szarpania włosów rosnących na masowanej skórze.

W artykułach mających za temat pielęgnację włosów, omówiłem przede wszystkim te czynniki dodatnie i ujemne, które mają większy lub mniejszy wpływ na porost włosów na suchej skórze głowy, chociaż niektóre, z wymienionych w treści artykułów, czynniki trzeba również uwzględnić i przy pielęgnowaniu skóry tłustej, o czym będzie mowa w następnym artykule. Mam nadzieję że artykuły te przyczynią się choć w drobnej mierze do wyzbycia się wiary w cudowne środki na porost włosów (które są tylko jednymi, a nie jedyne) z pośród środków pomocniczych) i zachęcą do racjonalnego pielęgnowania włosów, a tych mających już łysinę do wyciągnięcia wniosku, że tylko zaniedbanie w odpowiednim czasie, zresztą jak widać nie trudnych starań, do tej łysiny doprowadziło.

c. d. n.

## Z dziedziny Psychokosmetyki

### KOJĄCY MASAŻ

Gorączkowy tryb życia czasów powojennych, katastrofy codziennie i niemal codzienne wstrząsy, tak bardzo rujną nasze nerwy, że najbardziej popularną chorobą stała się dziś choroba nerwów.

Chorobowy ten stan odbija się przede wszystkim w oczach, w ruchach, i w całej twarzy, znacząc ją zmarszczkami, bruzdami i smugami, nieopanowanymi ruchami i tikami, niszczącymi młodość i urodę.

Taki wygląd nie może być miły, ani dla nas samych, ani tem mniej dla otoczenia.

Przewrażliwienie i wysoka pobudliwość obrzydają życie nie tylko ludziom, zmuszonym do współżycia z nami, ale i nam samym. Tym sposobem zewnętrzne objawy same przez się potęgują się coraz bardziej i skupiają się najniefortunniej na twarzy.

W tych wypadkach kosmetyka nie może być zupełnie obojętna i musi szukać środków i sposobów przeciwdziałania. Wszak jednym z pierwszorzędnych zadań nowoczesnej kosmetyki jest dobrodziejne działanie na usposobienie i duchowy stan pacjentów. Wiemy przecież, jak wspaniałe wyniki dają się osiągnąć nieraz samym tylko zwykłym masażem kosmetycznym, wykonanym świadomie i starannie, wyćwiczoną i umiejętną ręką. Nerwy należą do najwyższych władz wykonawczych ustroju, którym rządzą. Sieć nerwów, przy swem olbrzymim rozgałęzieniu, jest w nim najczulszym aparatem. Nie można więc niczego zaniedbać, co by mogło wpłynąć, chociażby chwilowo tylko, na stan pacjenta. Nie zapominajmy, że chore nerwy są tysiącokrotnie wrażliwsze od zdrowych. Ta wrażliwość jest dwubiegunkowa, i przejawia się jako reakcja dodatnia, lub ujem-

na. Wrażenia ujemne pogarszają ogólny stan chorego, wyniszczają w nim resztki odporności, i przyzwyczajają go do tego stanu. Natomiast wszelkie wrażenia dodatnie, — nieraz im drobniejsze i mniej podkreślone, tem lepsze, — rozlewają się po całej sieci nerwów, działają na nie kojąco, i w sposób nieznaczny zasilają je nowymi siłami.

Tym sposobem stwarza się wdzięczny grunt dla dalszej poprawy przy stosowaniu metody odpowiedniej.

Rzecz łatwo zrozumiała, że tak daleko sięgające leczenie nie może należeć do kosmetyki, której zadaniem jest harmonja i zewnętrzne piękno. A jednak, jakże pominąć te wpływy, których samem tylko działaniem powierzchownem nie da się w żaden sposób usunąć? Odpowiedź na to jedna: kosmetyka musi sięgnąć do źródeł tych wszystkich złośliwych wpływów, posiłkując się dostępnymi jej środkami, wywołać dodatnie reakcje i spotęgować je do takich rozmiarów, ażeby cel kosmetyki był w końcu osiągnięty.

Taką tylko drogą może kosmetyka w stosunku do medycyny zająć stanowisko dla niej najbardziej właściwe, stanowisko pożytecznej i bezpośredniej pomocnicy.

W dziedzinie stanów nerwowych mało skomplikowanymi środkami tak dużo dało się już osiągnąć, że niektóre metody zasługują na szczególne zalecenie.

Do takich należy w pierwszym rzędzie cykl specjalnych zabiegów, które można by nazwać masażem przeciwnerwicowym. Warunkiem koniecznym skuteczności tego masażu jest przede wszystkim, ażeby kosmetyczka nie tylko była spokojna i bardzo



opanowana, ale też i sama w sobie skupiona, i mogła wolę swoją i myśli przenosić na swą pacjentkę. Celem tego jest wywołanie wzajemnego krążenia pewnych nerwowych prądów. Dobrze, jeżeli ten specjalny zabieg poprzedzić kosmetycznym masażem zwykłym, oczyszczającym drogi dla tych prądów, i tym sposobem potęgującym późniejsze ich działanie.

Dalszym warunkiem skuteczności danego zabiegu jest, ażeby pacjentka była w pozycji leżącej. Trzeba pamiętać, że każdy zabieg kosmetyczny powinien zasadniczo odbywać się w pozycji leżącej na specjalnym fotelu leżakowym, podobnym do foteli dentystycznych, jak to zresztą na zachodzie, a zwłaszcza w Ameryce, już dawno jest w zastosowaniu.

Powodzenie bowiem wszelkich kosmetycznych zabiegów wiąże się bezpośrednio z całkowitem odprężeniem, wewnętrznym i zewnętrznym, i możliwą wygodą i spokojem, których przedsmak pacjentka powinna czuć już zaraz po wkroczeniu do gabinetu.

Doświadczenie poucza, że samo już psychiczne nastawienie osób, odwiedzających zakłady kosmetyczne, stwarza bardzo podatny grunt dla wszelkich dodatkowych wpływów. Pod tym względem mężczyźni są jeszcze więcej podatni, niż kobiety. Nie żałujmy więc troski usunięcia tego wszystkiego, co mogłoby choć w najmniejszej mierze drażnić chore nerwy. Światło należy przyćmić, by nie było zbyt rażącym. Pokój, przeznaczony dla zabiegów, powinien być izolowany od innych pokoi, i zaciszny. I dopiero, gdy te warunki zostały zachowane, trzeba umyć ręce w jaknajzimniejszej wodzie i z zimnymi palcami przystąpić do zabiegu.

Tak radzi nam znany wiedeński instytut Heleny Pessl, który w swej praktyce stosuje ten zabieg w porządku następującym:

## I.

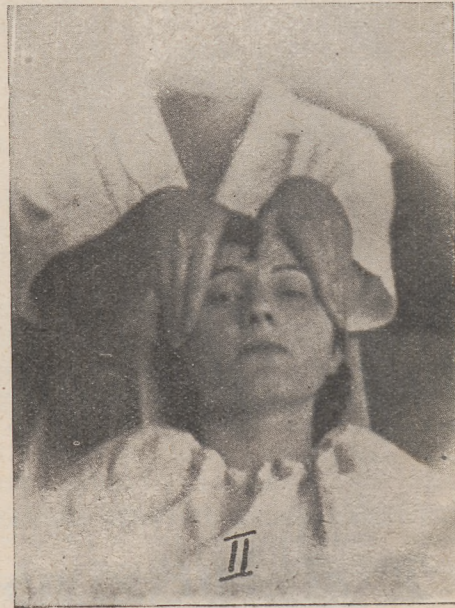
Ręce do czoła, gładko i obciśle, końcami dłoni obejmując skronie. Oddech równomierny, razem



z pacjentką, wolno i spokojnie, celem nawiązania wyraźnego kontaktu wzajemnego. (Rys. 1).

## II.

Nie odejmując rąk, przesunąć duże palce (kciuki) do środka czoła, i ująć nasadę nosa. Pozostałymi palcami przesunąć po skroniach tuż koło uszów, aż do szczęki, zachować tę pozycję przez parę minut, oddychając wciąż równo i spokojnie. (Rys. 2).



## III.

Lewą rękę przyłożyć do skroni, a prawą objąć podbródek, dopasowując ją do kształtu twarzy. (Rys. 3).



## IV.

Zbliżyć palce obu rąk do zamkniętych oczów, nie dotykając ich, i zakrywając je przed światłem, a jednocześnie trzymając je tak blisko powiek, aby



w nich dało się odczuwać ich przyjemne ciepło. (Rys. 4).

tym palcem masować z powrotem niżej oka aż do tętnicy, i t. d. (Rys. 5 i 5a).



V.

Czwartym palcem odszukać tętnicę, znajdującą się w górnej powiece w ukryciu bliżej nosa, a leżącą u każdego inaczej.

Przyłożyć ukośnie z góry palec w taki sposób, żeby on dotykał tylko jednego miejsca, lecz nie powieki całej. Gdy tętno odnalezione — zatrzymać na nim palec, lekko naciskając, od 1 — 2 minut. Po-



tem, doprowadzić powoli rękę do poziomego położenia, i naciskając trzecim i czwartym palcem nad i pod brwiami, przesuwając je aż do skroni. Na skroni odjąć powoli trzeci palec, i samym tylko czar-



VI.

Drugim, trzecim i czwartym palcami masować lekko od środka szczęki aż do miękkiego wgłębienia poza uchem, które masować okrągło, lekko naciskając. Od ucha posuwać się powoli okrągłymi ruchami w górę do policzków, a potem z powrotem ześlizgiwać się do podbródka i t. d. (Rys. 6).



VII.

Na zakończenie, i celem ukojenia wszystkich twarzowych nerwów, przyłożyć środkowe palce do podbródka, trzymając pionowo ręce, i masować do góry poprzez śmiechową fałdę wzdłuż nosa, przez nasadę nosową, czoło aż do włosów, z kąd w dół do skroni, wzdłuż szczęk z powrotem do środka



podbródka i t. d., masując bez przerwy w koło równomiernie. (Rys. 7).



VIII.

Nie odrywać nigdy raptownie rąk, lecz odejmować je bardzo wolno. Ewentualnie powtórzyć parę ruchów podług wskazówek I i II.

Dr. A. Weryha

Dr. Alfred Ettinger.

## Z pogranicza dermatologii i Kosmetyki

W zrozumieniu zarówno szerokich warstw społeczeństwa, jak i świata naukowego, istnieją dziś dwie gałęzie wiedzy bardzo od siebie dalekie i bardzo do siebie niepodobne: dermatologia, krocząca w orszaku światłych mężów nauki, idąca ramię przy ramieniu z innymi działami medycyny, wzbogacająca co dnia skarbiec wiedzy wciąż nowymi zdobyczami, dumna, wspaniała, mądra, nadęta i wyniosła; a obok niej skromniutki kopciuszek: kosmetyka, wytwór próżności ludzkiej, zepchnięta w ciemny kąt, zbagatelizowana, wyśmiana i lekceważona.

Ten podział, choć jeszcze aktualny, trąci już strasznie myszką, już za bardzo przypomina czasy naszych prababek i najzupełniej dojrzał do lamusa.

Bez względu na to, jak do zagadnienia podchodzimy i jakie mamy uprzedzenia w tym kierunku, wystarczy tylko zrozumieć dobrze istotę sprawy, by przyznać, że już najwyższy czas przeprowadzić gruntowną rewizję naszych pojęć.

Ujmując sprawę ze strony klinicznej widzimy, że istnieje cały szereg takich schorzeń, gdzie rozgraniczenie pomiędzy dermatologią i kosmetyką jest niezwykle trudne, gdzie schorzenie w jednym okresie rozwoju może być kosmetyczne, w innym należy już bezwzględnie do dermatologów, a gdzie jednak te poszczególne etapy łączą się ze sobą ściśle

i konsekwentnie. Więcej jeszcze, w tej samej chwili dwu badających może być różnego zdania, jeden będzie uważał przypadek za kosmetyczny, drugi za dermatologiczny, wypadaloby ich rozsądzić, a rozsądzenie będzie niemożliwe, gdy obaj mają słuszność.

Takich schorzeń jest mnóstwo, że wymienię tylko choćby trądzik, łojotok, wyłysienie; znane są one zresztą każdemu. Podam dla przykładu, że w Kasach Chorych obowiązuje instrukcja, zakazująca przepisywania środków kosmetycznych ubezpieczonym. Na tym tle są ciągle nieporozumienia. Zawsze powstają rozbieżności zdań, co za schorzenie kosmetyczne uważać, i zawsze każdy pozostaje przy swoim.

Jeżeli teraz staniemy na stanowisku społecznym, to oddzielanie kosmetyki od dermatologii okaże się jeszcze bardziej absurdalne, i niezrozumiałe. Gdy kto ma jakieś nieszkodliwe znamie w ukrytym miejscu, o którym całe życie ani razu nie pomyślał, a to znamie ma szczęście być rzadkiem zaburzeniem rozwojowym, to już dany osobnik jest ośrodkiem zainteresowania wiedzy, dba się o niego, bada, demonstruje na posiedzeniach i stosuje pomysłowe metody, by go „wyleczyć“.

Inny osobnik, którego twarz, ta najwspanialsza żywa reklama, która stwarza pierwsze wrażenie rozmówcy, uspasabia go przychylnie lub wrogo, decyduje najczęściej o całym życiowym stosunku, jest pokryta zmarszczkami, czy piegami lub krostami, otrzymuje suchą, niechętną odpowiedź: „Panem się nie mamy czasu zajmować, to jest schorzenie kosmetyczne“.

Dziś w okresie najostrzejszej walki o byt; kiedy każdy z nas musi, powinien wyzyskać w niej do ostateczności każdy najdrobniejszy posiadany atut, takie stanowisko jest absurdem, tchnącym ciemnymi czasami średniowiecza. Krzywdzi ono ludzi upośledzonych przez przyrodę, jest szkodliwe i musi być zarzucone.

Możemy pisać i mówić bez końca o tym, że nie należy ludzi sądzić z pozorów, z powierzchowności, a nie zmienimy zasadniczej cechy ogromnej większości wszystkich, która powoduje, że wrażenie zewnętrzne, jakie się od osób świeżo poznanych otrzymuje, decyduje o stosunku do nich. Może ten zwyczaj jest błędny, napewno nieraz szkodliwy, ale bezwątpienia istnieje i trzeba się z nim liczyć. I nie będąc bynajmniej zagorzałym jego zwolennikiem trzeba przyznać, że nie zupełnie pozbawiony jest słusznych podstaw. Gdy spotyka się człowieka młodego, którego zęby są przerzedzone i spróchniałe, a nie liczne ocalałe zżółkłe i pokryte grubą warstwą nalu i kamienia, to czyż nie jest to dowodem prawie niezbitym, że ten pan nie dba o siebie, o higienę, że prawdopodobnie wogóle jest nieporządnym?

Czy twarz przedwcześnie zwiędła, pokryta zmarszczkami i jednocześnie usiana wągrami, o licznych prosakach, na której doświadczone oko kosmetyka odczyta natychmiast brak wszelkich starań i zaniedbanie prymitywnych zasad czystości, nie wystawia swemu właścicielowi odrazu pewnego świadectwa?

Naodwrot praca umysłowa, rozwijająca się stopniowo inteligencja, wprowadza w rysy twarzy pierwiastki szlachetne i wysubtelnia, uduchawia jej wy-



raz. Szczególnie oczy inne są u człowieka myślącego, niż u tępego, ograniczonego prostaka.

Wszystko to wskazuje, że t. zw. „sądzenie kogoś z powierzchowności“ nie jest zupełnie pozbawione słusnych podstaw. To przekonanie utwierdza się coraz mocniej w ogólnym pojęciu, istniało ono tam zresztą już zawsze. I dlatego tak wielką rolę

ma dziś do spełnienia racjonalna kosmetyka, tak bardzo nie wolno jej lekceważyć i nie doceniać.

Jest ona młodszą siostrą dermatologii, młodszą i słabszą, ale nie gorszą.

A kto wie, młodzi zwykle żyją dłużej i jaśniejszą mogą mieć przed sobą przyszłość.

Dr. Aleksander Weryha

## H i g i e n a s n u

Dwudziesty wiek — jest wiekiem higieny przedewszystkiem. Gdyby nie szalony rozwój tej dziedziny, to staruszka medycyna nie dałaby sobie już rady z ludzkością rozbrykaną. Higiena, bowiem stała się już nie tylko pomocniczą medycyny, ale też jej bezpośrednią i składową częścią. W stosunku do kosmetyki stała się ona jej główną podwaliną.

Cechą higieny jest nieokiełznane wścibstwo. Wtrąca się ona do każdej dziedziny życia, do każdej czynności ludzkiej, ba nawet wkrada się, do duszy. Ztąd niezliczona ilość rozmaitych gałęzi higieny, a więc: higiena snu, higiena odpoczynku, higiena jedzenia, higiena pracy, higiena pożycia małżeńskiego, higiena panny, i t. d. Niespokojny umysł ludzki w swej nieustannej trosce o zachowanie gatunku stara się normalizować wszelkie przejawy życia ludzkiego i ująć je w karby przepisów. Ztąd tworzą się te różne higieny.

Wszystkie one mają niewątpliwie styczność również i z kosmetyką. Zaczniemy od pierwszej z nich. Higiena snu. Wiemy dobrze, jak ważnym jest sen dla naszego samopoczucia i wyglądu. Musimy spać wszyscy. Sen nas wszystkich odradza. Wszyscy błogosławimy dobry sen. Czyż nie warto, pomówić o nim. Czemże jest sen?

Sen jest stanem wypoczynku całego ciała fizycznego i wszystkich władz duchowych. Sen, to jedno z najmądrzejszych praw, rządzących wszechświatem całym. Jest to jedna z tajemnic Bożych, nigdy dostatecznie przez rozum ludzki niezgłębionych i niczem innym nigdy niezastąpionych.

Hipoteza naukowa snu jest prosta: przez czas czuwania następuje wyczerpanie komórek nerwowych mózgu i zatrucie go toksynami, komórek już zużytych.

Prąd siły nerwowej, zasilającej mózg, zmienia skutkiem tego swój kierunek z górnego na dolny, człowiek śpi, a podczas snu następuje przyływ krwi do mózgu i oczyszczenie go od toksyn.

Gdy toksyny już znikną, prąd siły nerwowej znów się zmienia, powraca do mózgu i człowiek się budzi.

Czy jest tak, czy inaczej, to istotnego celu snu nie zmieni. Celem bowiem snu jest całkowite odrodzenie ciała i władz duchowych dla nowej twórczej pracy naszej w dniu jutrzejszym. Z własnego doświadczenia wiemy, że im większe jest zmęczenie fizyczne i umysłowe — tem większa i gwałtowniejsza bywa potrzeba snu. Tak samo dobrze również wiemy, jak po obudzeniu się ze snu całonocnego czujemy się bardzo pokrzepieni, jakby na nowo odrodzeni.

Tylko zdrowy, normalny, sen spełnia swoje za-

danie tak znakomicie. Zwyródniała w znacznej części ludzkość już i z tego cudownego a niewyczerpanego nigdy źródła sił i energii życiowej, potrafiła uczynić nieraz źródło, nowej niedoli i cierpień nowych.

Ztąd wynika, że nie wszyscy ludzie mają sen zdrowy i skuteczny, a dla niektórych, jest on wprost męczący.

Nie będziemy tu szerzej rozwijać teorii fizjologicznej, ani też badać stanów patologicznych snu. Zadaniem naszym jest dać wam, drodzy czytelnicy, garstkę praktycznych wskazówek, jakim powinien być Wasz sen, aby był zdrowym i pożytecznym.

Sen jest potrzebą całej natury. Wszystko co żyje, co rozwija się, zmienia swe formy — potrzebuje sennego odpoczynku.

Jeżeli więc każde zwierzę, każda roślina, każda bakterja nawet, dla zaczerpnięcia nowych zasobów energii życiowej, tak potrzebuje snu, to o ileż więcej potrzebuje go człowiek, — ta istota o nieograniczonym zakresie swej twórczości i swego rozwoju!

O ileż więcej dać mu powinien jego sen, dla rozwijającej się z dniem każdym jego potęgi! O ileż więcej musi nowych sił wytworzyć dla uzupełnienia energii swej w miarę jej wydatkowania.

Wszepochętne, święte, prawa natury są w istocie swojej, ogólne i niezmiennie. Cały świat istot żyjących ufnie się im poddaje i wypełnia tych praw nakazy. Jeden tylko człowiek, będąc obdarzony wolną wolą, i przez to wzrósłszy w pychę, usiłuje z pod tych praw się wyłamać.

Niestety, napróżno. Każdy taki wyłom — to szczyba na jego potędzie. Każda szczyba — to powstrzymanie biegu rozwoju istoty ludzkiej, to rozdźwięk w jej harmonji, to wreszcie zaprzeczenie jej celów i jej przeznaczenia.

Wyłamywanie się zatem każde i z pod prawa snu nietylko pozbawia nas w znacznym stopniu jego cudownego wpływu, ale i sprowadza jeszcze rozmaite zaburzenia i komplikacje w organiźmie naszym.

Jakim więc powinien być sen? Sen powinien być: wczesnym, czystym i spokojnym.

Najodpowiedniejszą porą udawania się na spoczynek jest taka godzina, która nam daje możliwość korzystania nazajutrz przynajmniej z paru godzin powietrza rannego.

Wiedzą dobrze wieśniacy, przyzwyczajeni do wczesnego wstawania, jak bardzo się różni powietrze ranne od powietrza w ciągu reszty dnia każdego.

Badania bakterjologiczne powietrza rannego,



wykazały najmniejszą ilość bakterji, która z godziny na godzinę, później w ciągu dnia stopniowo się powiększa.

Tego orzeźwienia, tego przyplwy sił i energii życiowej, jakie daje wchłanianie pełną piersią rannego powietrza, nie można niczem zastąpić...

Powinno się za wszelką cenę, unikać zasypiania po północy, bowiem taki sen nigdy dobrych wyników nie daje. Nie należy nigdy ani zwalzczać naturalnej senności, gdy ta przychodzi, ani też znalogowywać się do późnej godziny.

Sen powinien być czystym, to znaczy, należy udawać się do snu z czystym ciałem i czystymi myślami. Ciało wszystkimi porami swojemi tak samo oddycha w czasie snu, jak i płucami. Koniecznym jest dbać o to, aby wszystkie pory jego były, codziennie należycie obmyte i oczyszczone.

Zalecamy zatem przyzwyczajenie się od najwcześniejszej młodości do porządnego mycia się z wieczora.

A robi się to w ten sposób. Przedewszystkiem należy umyć mydłem twarz i ręce. Następnie grubą bawełnianą rękawicę lub gałganek zmoczyć w letniej wodzie, natrzeć mydłem i wycierać nią całe ciało, od szyji do stóp, zwracając przytem uwagę na dokładne odszorowanie najwięcej pocących się części ciała (pachwiny rąk, nóg, stopy). Potem tę samą rękawicę, wypłukać dobrze, zmaczać na no-

wo w letniej albo ciepłej wodzie, i zmywać nią całe ciało, aż do zupełnego usunięcia mydlin.

Oczyściwszy w ten sposób skórę, od wydzielin potu i kurzu, i wytarłszy ją czystym, miękkim ręcznikiem, aż do zupełnej suchości, włożyć czystą bieliznę i udać się do łóżka.

Zyskujemy potrójnie. Przedewszystkiem na zdrowiu, bo mając oczyszczone wszystkie swoje zewnętrzne pory od wydzielin, całe ciało, oddycha harmonijnie w ciągu nocy, powodując tem prawidłowe działanie wszystkich swoich procesów.

Drugą korzyścią jest — zysk natury praktycznej. Udając się bowiem czystym na spoczynek, nie brukamy tak prędko bielizny pościelowej i daleko, dłużej korzystamy z jej świeżości i białości.

I nareszcie trzecią korzyścią jest to korzyść czasu, którą zyskujemy przez oszczędzenie sobie kilku najcenniejszych chwil porannych, nie potrzebując już po wstaniu myć się tak dokładnie. Wystarczy bowiem wtedy szybkie dwuminutowe wytarcie silne całego ciała taką samą rękawicą, zanurzając ją często w świeżej zimnej wodzie i lekko wyduszając, a przed każdym ponownem zmoczeniem wypłukując ją dokładnie w innem naczyniu i dobrze wykręcając. Następnie osuszenie ciała powinno się uskutecznić grubym szorstkim ręcznikiem, nacierając je aż do czerwoności, aby pobudzając krew do energicznej cyrkulacji, dobrze się rozgrzać.

(d. c. n.)

## Dział: Chirurgja Kosmetyczna

**Dr. Charles Claoué**

Sekretarz jeneralny związku  
chirurgów plastyków.

### Czy chirurgja Kosmetyczna jest nową specjalnością?

Wiadomo, że wojna była dla chirurgji kosmetycznej bodźcem w jej rozwoju, aczkolwiek poprawianie wszelkich zniekształceń, a specjalnie defektów twarzy, znane i stosowane było już w epoce historycznej bardzo oddalonej.

W Indjach, mianowicie, deformowanie nosów było stosowane na szeroką skalę, bądź jako kara przez władze sprawiedliwości, lub też jako znak zemsty, stosowanej na zwyciężonych wojownikach. Król Goorka, podług starożytnych tekstów, ilekroć zwyciężył nieprzyjaciela, zajął jego miasto, kazał obcinać nosy wszystkim jego mieszkańcom, wyłączając niewiasty oraz muzykantów, którzy grają na dętych instrumentach, gdyż talent ich był bardzo cenny. W powyższy sposób okaleczeni ratowali się wycinaniem kawałka skóry na czole, transplacując go na koniec zdeformowanego nosa.

W epoce odrodzenia Włoch niejaki Taggliconi nabył wielkiego rozgłosu, poprawiając kształt nosa drogą replantowania kawałka skóry, wyciętej na ramieniu, podług metody swego poprzednika, niejakiego Branca, rodem z Sycylii. Metoda ta nosiła nazwę Sycylijskiej. Pomimo, że wielu, w ten sposób operowanych, miało nosy odrestaurowane, nierzadkie były wypadki dużych odchyień pod względem wyglądu zewnętrznego operowanej części ciała. Dawało to asumpt ówczesnym humo-

rystom do krytykowania owych zabiegów z całą bezwzględnością. Było to obfitym materiałem dla dzienników ilustrowanych humorystycznych, które nie podlegały cenzurze. Opisują ilustrując odpowiednio fakt, jak pewien starszy wojak, nie mogąc znaleźć skóry na własnym ramieniu do tłustego nosa, zmuszony był zwrócić się do swego giermka. Znalaziono odpowiednią skórę na pośladkach tego ostatniego, nadcięto tam niezbędny pasek skóry, do którego przysunięto owego rycerza i połączono go nosem z pośladkiem posłusznego służącego. W tak niewygodnej pozycji musiał amator ładnego nosa przeleżeć około dwunastu dni, dopóki skóra do nosa nie przyrosła, ponosząc wszystkie konsekwencje tej tak niesłychanie przykrych pozycji.

Van Helmount, lekarz flamandzki, w swoich pamiętnikach opisuje, iż pewien mieszkaniec Brukselji, operowany przez Taggliconi'ego, posiadał przepiękny w kształtach nos, zmodyfikowany przy pomocy skóry, nabytej u jakiegoś tragarza. Wyglądem swym wzbudzał podziw i zaciekawienie u wszystkich pamiętających dawny brzydki, nos jego. Niebawem tragarz zmarł i o dziwo, nos naszego operowanego stopniowo zamierał, wiadł, aż w końcu kawałek przeszczepiony całkowicie odpadł. Widzimy więc, że chirurgja kosmetyczna nie jest nabytkiem nowym datuje ona od czasów bardzo odległych w historii.



## Czy jest ona pożyteczną?

Możemy więc pogodzić się z goryczą ludzi zniekształconych na twarzy, którzy siebie samych zwą jako ludzi o „mordach połamanych“, oraz usprawiedliwić ich aspiracje w celu zmiany wyglądu swego, jako źródła nierzadko cierpień moralnych. Nierzadko spotykamy się ze zdaniem, iż należałoby potępić chirurgję kosmetyczną, dążącą do zmiany zniekształceń cielesnych, wrodzonych lub nabytych przez siłę wieku, jako zmieniających danego osobnika. Tymczasem są ludzie, którzy są odmiennego zdania. Naprzykład sprzedawczyni w jakimś wielkim magazynie albo artystka, która z biegiem lat czuje, że może być zastąpioną przez inne młodsze. Nie można im brać za złe, że zgłaszają się do specjalisty w celu zmiany ich wyglądu zewnętrznego. Operacja, która dla jednej osoby ma charakter błahy, w innym wypadku nabiera znaczenia społecznego.

### Czy jest tego rodzaju operacja niebezpieczna?

Rzecz jasna, że tego rodzaju chirurgiczny zabieg, jak najdrobniejsza nawet operacja, musi być wykonaną podług wszelkich zasad i przepisów techniki operacyjnej. Nieudane są wówczas prawie wykluczone, jako wykonane na zdrowej tkance pod znieczuleniem miejscowym, przy zastosowaniu wymagań aseptyki. Rzec można, że w porównaniu

z turystyką automobilową, raidem samolotowym takie operacje mają widoki dużo większego bezpieczeństwa.

Jeżeli porównamy z jednej strony rzadkość nieudanych zabiegów z nieocenioną wielostronną korzyścią skutków takowych, to będziemy musieli przyznać, że chirurgja kosmetyczna zyskała słuszne prawo obywatelstwa i egzystencja jej i rozwój są już zapewnione. Podług słów prof. Ombredaune'a pacjent po tego rodzaju operacji zyskuje nie tylko wygląd pożądaný, ale również zapewnione szczęście w życiu.

W Stanach Zjednoczonych, w Italji, w Niemczech i Hiszpanji wielka ilość chirurgów poświęciła się tej specjalności całkowicie. Francja, zawsze przodująca w dziedzinie praktycznych nowości, nie pozostała i pod tym względem w tyle, i tu już dużo imion sławnych chirurgów liczyć może kosmetyka.

Stworzono już tam związek chirurgów plastyków na czele z dr. Dartiques, którego celem jest badanie i dociekania na tem polu. Specjalność ta olbrzymimi krokami idzie naprzód ku zadowoleniu nieszczęśliwych pacjentów. (przedr. „Je sais tout“ 1933 r. Nr. 27 str. 152).

W następnym numerze artykuł o technice usuwania zmarszczek.

Stefan Artymiński

## Rad w preparatach Kosmetycznych

Odkrycie aktywności radu datuje się od niedawna bo dopiero od 1896 roku. Tak jak i w większości doniosłych odkryć przypadek i tu odgrywał ogromną rolę. Chemik francuski Becquerel, przeprowadzając naukowe badania nad fluorescencją szeregu minerałów, stwierdził, że blenda smołowcowa (pierwiastek uranu) jest minerałem promieniotwórczym, wywołującym reakcje w ciałach otaczających, podobne do reakcji promieni świetlnych. O odkryciu swym Becquerel zawiadomił znanych uczonych Marję i Piotra Curie, asystentkę i dyrektora Instytutu Chemicznego w Paryżu. W roku 1898 pp. Curie zawiadomiło Akademię Umiejętności w Paryżu, że wspólną ich pracą odkryli w rudzie uranowej nowy pierwiastek, któremu nadali nazwę „rad“. Po odkryciu radu szereg naukowych badań ustaliło trzy rodzaje promieniowania radu, a mianowicie promieniowanie: alfa, beta i gamma.

Ustalono również, że rad powstaje w ciągu kilku tysięcy lat wskutek przemiany materji rudy uranowej, i rozpada się znów po 3.000 lat przy nieustannem oddawaniu energii i emanacji radowej — w ołów. Jeden gram radu wyrzuca z siebie w ciągu jednej sekundy 37 miliardów atomów, które rozpadają się na energję radową, hel i emanację. Substancja radu występuje w przyrodzie tylko w połączeniu z innymi substancjami. Ażeby otrzymać 1 gram radu, trzeba przerobić 9.000 kg. uranu (blendy smołowcowej) i poddać kilkuletnim procesom fizykalnym i chemicznym.

To też nic dziwnego, że 1 gram radu kosztuje obecnie około 50.000 dolarów, t. j. około 350.000 złotych. Obecnie znajduje się na całym świecie nie więcej jak około 590 gr. radu, głównie we Francji, Belgji i St. Zjednoczonych. Niektóre ze słynnych zdrojowisk zawdzięczają swą siłę leczniczą zawartości emanacji radowej w ich źródłach. W najnowszych czasach stosuje się zwykle w kuracji rad bezpośrednio w jaknajmniejszych dawkach.

Współczesna wiedza lekarska ustaliła, że promienie radowe i emanacje wpływają dodatnio na: regenerację krwi i tkanek, niszczenie komórek patologicznych, rozmnażanie i wzrost komórek zdrowych, wzmoczenie przemiany materji, wzmoczenie wydzielania kwasu węglowego, wzmoczenie wchłaniania, uspokojenie i wzmocnienie systemu nerwowego i odżywianie tkanek. Wymieniłem tylko te dodatnie wpływy, które mogą interesować kosmetyka. W praktyce kosmetycznej stosuje się obecnie rad w formie okładów (kompresów) radowych, przedstawiających woreczek podzielony na komory, który jest napełniony mieszanką radu i mezotorjum. Mezotorjum jest również produktem promieniotwórczym, podobnym do radu, lecz wysyłającym tylko promienie „gamma“. W kosmetyce używa się okładów (masek), które zawierają pierwiastki radioaktywne w bardzo silnem rozcieńczeniu. Substancje te mają postać proszku (mułu).

Emanacja radowa okazała się skutecznym środ-



kiem do usuwania objawów starzenia, emanacja radowa powoduje wzmożone krążenie krwi w tkankach, a tem samym usuwa przyczynę starzenia się. Według oświadczeń uczonych przyczyną starzenia jest proces oksydacyjny, postępujący w organizmie ludzkim, to też promienie „alfa“, jako czynnik wstrzymujący postęp procesu rozpadowego, a promienie „beta“ i „gamma“, powodujące odnowienie zawartości tlenu w tkankach, stwarzają nowe siły życiodajne.

Maski radowe stosuje się w kosmetyce w następujących schorzeniach skóry: zmarszczki, zwiotczenie mięśni, anemja skóry, trądzik, łojotok, czyraczność, przedwczesne łysienie, egzematyczność, podrażnienia naskórka i t. p. Maskę radową nakłada się na uprzednio oczyszczoną i przygotowaną twarz na przeciąg 1 — 2 godzin. Pod maskę podkłada się arkusz papieru woskowego lub podwójny arkusz ligniny. Maskę radową ogrzana poduszczką elektryczną (kompresem termicznym) emanuje znacznie silniej i pozwala na szybsze zdjęcie maski z twarzy. Ma się rozumieć, że zabiegów przy pomocy maski radowej, trzeba wykonać kilka

lub kilkanaście celem otrzymania zadawalających wyników.

Preparaty kosmetyczne kombinowane z radem powinny zawierać substancje wysyłające promienie „alfa“. Jako dodatki do preparatów kosmetycznych wskazane są sole jono-torowe i radjotor „Degea“ w odpowiednim rozcieńczeniu. Obecnie mamy w użyciu następujące preparaty kosmetyczne z dodatkami radu, a więc lotiony na włosy, lotiony toaletowe, kremy do zębów, kremy kosmetyczne i kąpiele radioaktywne. Koncentracja winna wynosić powyżej 2.000 — 5.000 jedn. Mache'go w preparatach kąpielowych, 15.000 do 20.000 jednostek w preparatach do pielęgnowania zębów i jamy ustnej i 20.000 do 30.000 jednostek w kremach kosmetycznych. (**Jednostka Mache'go oznacza ilość emanacji zawartej w litrze**). Surowy materiał radioaktywny służący do aktywowania preparatów kosmetycznych jest białym proszkiem o koncentracji od 1 mg. do 2 mg. Ra Aequivalent. Cena materiału radowego jest dość wysoka, co jest zrozumiałe z treści artykułu o radzie i wynosi od 250 do 500 frank. szwajcarskich za kilogram w zależności od koncentracji.

Stefan Artymiński

## K r e m y n a ś w i e t l a n e

W ostatnich czasach czytamy dość często o kremach naświetlanych promieniami ultrafioletowymi. W artykule niniejszym wyjaśnię na czym polega i jakie rezultaty daje nam naświetlanie kremów, a właściwie nie kremów, tylko tłuszczów zwierzęcych i olejków roślinnych, wchodzących w skład kremów.

Doświadczenia z naświetlaniem (napromienianiem) pewnych substancji odżywczych, dawanych zwierzętom jako pokarm wykazały, że naświetlanie tych produktów czyni je środkami nie tylko działającymi przeciw krzywicy, lecz i zapobiegającymi tejże. Potwierdziły te doświadczenia dodatnie wyniki otrzymane wskutek odżywiania chorych naświetlanymi olejkami pochodzenia roślinnego. Uczni wyciągnęli z tego wniosek, że tak skóra ludzka jak również olejki roślinne, zawierają **Prowitaminy**, które pod wpływem promieni nadfioletowych przekształcają się we właściwą **witaminę D**. Stwierdzono dokładnymi badaniami uczonych, a przede wszystkim Hess'a że uczynienie (przekształcenie substancji nieczynnych w działające, t.j. w witaminy) jest w związku z obecnością pewnych elementów, znajdujących się w niemydlącej się części tłuszczu (należących do grupy stearyn) właściwej tkankom zwierzęcym jak: cholesterol i tkankom roślinnym jak: fitosterol. Cholesterol znajduje się w dużej ilości w komórkach nabłonkowych i odgrywa pewną rolę fizjologiczną, uczynioną naświetlaniem. Doświadczenia ze szczurami dały ciekawe rezultaty: jednej grupie szczurów podawano cholesterynę naświetlaną promieniami czerwonymi, drugiej zaś cholesterynę naświetlaną promieniami nadfioletowymi. Pierwsza grupa w rezultacie straciła na wadze, druga przybrała. Wyciągnięto stąd wniosek, że **promienie nadfioletowe uczynniają witaminę D w cholesterynie**. Napromienianie promieniami nadfioletowymi zmienia

właściwości tranu, cholesterolu, ergosterolu, uczynniając je. Czas potrzebny do naświetlania promieniami nadfioletowymi olejków i tłuszczów jest dość krótki, długotrwałe naświetlanie wywołuje powolne zmniejszenie się uczynnienia.

Napromienianie można skutecznie przy pomocy lampy kwarcowej, również lampa „Vitalux“, żarówka której przepuszcza 65 do 70% promieniowania rozżarzonego włókna wolframowego wysyłającego czynne promienie nadfioletowe, nadaje się do naświetlania tłuszczów i olejków wchodzących w skład kremów. Przekształceniu prowitamin w witaminę D sprzyjają najlepiej promienie nadfioletowe. Wniosek otrzymany z naświetlania tłuszczów i olejków jest następujący: jeżeli skóra ludzka zawiera prowitaminy, które pod wpływem słońca zamieniają się w witaminy D, to napewno skóra zdrowa i jędrna zawiera ich więcej niż skóra zwiotczała, anemiczna. Naświetlanie więc ma na celu dostarczenie tkance witamin.

Jak wynika z treści powyższego artykułu najlepszym tłuszczem do naświetlań byłby tran (olej z wątroby ryb, zawierający dużo prowitamin, które w organizmie ryb zamieniają się w **witaminy A**, które są **witaminami wzrostu**), gdyby nie przykry zapach, który udzieliłby się spreparowanym z tranem kremom. Ciekawą rzeczą będą fakty wyprzedzenia wszelkich wynalazków i pomysłów uczonych i chemików przez ludzi nie zdających sobie nawet sprawy, że stosują bezwiednie środki, które w dłuższy czas później będą wprowadzone oficjalnie przez laboratorja kosmetyczne. Kto bywał na plażach warszawskich w roku zaprzyszłym, i przeszłym mógł nie tyle zauważyć ile wyczuć powonieniem pewien procent plażujących namaszcżających swe ciała... tranem rybim, twierdzących, że żaden



krem z pośród istniejących w sprzedaży nie działał na ich skórę i cały organizm, tak dobroczynnie, jak właśnie tran. Tego rodzaju kąpiele słoneczne były nie czym innym jak przekształcaniem prowitamin w witaminy na skórze ludzkiej.

Jak wynika z treści artykułu, do naświetlań nadają się wszystkie tłuszcze, wchodzące w skład

kremów, tak zwierzęce, jak i roślinne, a przede wszystkim następujące: lanolina, tran, mózg wołów (medulla bevinum) ol. migdałowy, ol. nicejska, ol. soja, ol. arachidis, masło kakaowe w połączeniach z olejkami i inne.

Czas potrzebny do naświetlań maximum 20 minut.

## Dział: Chemja Kosmetyczna

Stefan Artymiński

### Zapobieganie odmrożeniom (Profilaktyka odmrożeń)

Mrozy, dochodzące w połowie grudnia roku, zeszłego do dwudziestu paru stopni C. spadły co prawda do 0 lecz mają ponownie tendencję podskoczenia i już dziś dają się wszystkim, zmuszonym przebywać na powietrzu, porządnie odczuć. Pocięchą dla nas może być tylko fakt, że marnie my, marzną w tym roku również i narody południa, marzną i w Paryżu nie przyzwyczajonym do mrozów, z małymi kaloryferkami w mieszkaniach, nie dającymi potrzebnej ilości ciepła.

Wobec tego, że kosmetykę interesują odmrożenia uwidaczniające się na uszach, policzkach, nosach, rękach i nogach, w postaci zaczerwienień, przypuchnięć, a w cięższych wypadkach również i w postaci pęcherzy i ranek, będących uszkodzeniami bardzo trudnymi do usunięcia, to należałoby propagować środki, zapobiegające odmrożeniom w postaci kremów zabezpieczających tkankę przed działaniem niskiej temperatury. Wiedząc z praktyki, że znacznie łatwiej jest zapobiec, niż usuwać skutki odmrożeń, podam w treści artykułu kilka przepisów na kremy zapobiegające, używane dawniej, i przepisy na kremy, które dzisiaj można zastosować z powodzeniem, ze względu na ich zalety: 1-a wcierają się doszczętnie, 2-a nie dają uczucia lepkości, 3-cia mogą być zastosowane przy każdej okazji, wtarte np. w rękę nie sprawiają nam zakłopotania, że nie wiemy co robić z rękami ze względu na uczucie lepkości. Przyczyn powstawania szpecących odmrożeń jest kilka i omówię je w streszczeniu: najpodatniejszymi do odmrożeń kończyn są osobnicy anemiczni, źle odżywiani, co tłumaczy się upośledzonym krążeniem krwi, również i ci, którzy niedostatecznie chronią kończyny, wystawione na działanie niskiej temperatury, lub ci, którzy noszeniem ciasnego obuwia i obcisłych rękawiczek, hamujących krążenie krwi, sami przyczyniają się do odmrożeń.

Panująca w tym roku moda wąskich woalek, jak gdyby specjalnie kończących się na czubku nosa i uciskających go, jest przyczyną niejednego odmrożenia.

Odmrożenia są cierpieniem dość przykrem, powodują dokuczliwe swędzenie skóry, szczególnie w ciepłe, a przede wszystkim w ciepłym łóżku w czasie rozgrzewania wieczorem i rano. Zaczer-

wienia odmrożonej skóry trwają niekiedy całymi latami z częstymi nawrotami w zimniejsze dni wiosenne, a u osób anemicznych i latem przy nagłych zmianach temperatury pojawiają się swędzące plamy i przypuchnięcia. Przypnie każdy, że odmrożone czerwono-sine policzki lub fioletowy nos, czerwieniące się przy rozgrzaniu uszy, nie zdobią nikogo, nawet najpiękniejsza rączka kobieca szczupła o długich zgrabnych paluszkach, lecz czerwono-sina i w temperaturze pokojowej, rączka której przed wzrokiem ludzkim ukryć nie można, doprowadza nie jedną panią do rozpacz. Jak z powyższego widzimy, przestrzeganie pewnych warunków może nas uchronić przed temi zeszpeceniami, a więc skłonni do odmrożeń powinni nosić luźne obuwie i rękawiczki, wełniane skarpetki i również najlepiej wełniane rękawiczki. Panie muszą dbać nie tylko o nosy, uszy, policzki i ręce, lecz pamiętać i o nogach. Moda noszenia zimą i latem cienkich pończoch i skutki jej widoczne są najlepiej na płazach w postaci czerwonych plam w miejscu gdzie się kończy mankiet botów, a zaczyna łydka, osłonięta tylko cienką pończochą. Również i panowie muszą pamiętać, że noszenie półbucików i cienkich skarpetek prowadzi nie tylko do odmrożeń, lecz i do reumatyzmu, który bardzo chętnie umiejscawia się w kostkach. Noszenie getr w zupełności usunie te niebezpieczeństwa. U osób skłonnych do odmrożeń, t.j. osób anemicznych, dobre odżywianie, przyjmowanie leków, zawierających żelazo uodporni organizm na odmrożenia. Osobom tego typu przyniosą korzyść miejscowe kąpiele rąk i nóg w dobrze gorącej wodzie, u osób z upośledzonym krwioobiegiem, gorące kąpiele nóg z dodatkiem 1 łyżki mielonej goryczy na miskę wody, dadzą polepszenie w obiegu krwi.

Środkiem pomocnym nam przy zapobieganiu odmrożeniom, będzie krem, spreparowany z odpowiednich tłuszczów i odpowiadający warunkom wymienionym na początku artykułu w punktach od 1—4. Podstawą takiego kremu będzie lanolina bezwodna, pozbawiona zapachu i dobrze wchłaniana przez skórę.

Dziś, dzięki zdobyczom w chemji kosmetycznej, możemy stosować kremy, zawierające lanolinę, niewidoczne na twarzy, nie wyczuwalne na skórze



(dzięki natychmiastowemu wchłonięciu przez skórę), które każda pani, nawet idąc z wizytą, bez obawy o poplamienie rękawiczek lub sukni, może zastosować przez wtarcie w skórę twarzy lub rąk. Kremy tego typu dobrze trzymają na skórze puder, który do pewnego stopnia również jest środkiem łagodzącym wpływy temperatury, tak niskiej, jak i wysokiej. Wykorzystując ochronne działanie tych dwóch preparatów, a mianowicie kremu i pudru, możemy preparować ich połączenia w doskonały środek, t. zw. puder — krem, krem o własnościach natłuszczających, w którym składniki woskowe wraz z pudrem będą stanowiły powłokę i dodatkową ochronę naskórka.

Już na parę lat przed wojną opatentowano w Niemczech krem, mający na celu zapobieganie odmrożeniom. Nie był to jeszcze ideał kremu, gdyż zawierał tlenek cynku i mydło, które dzisiaj z tego rodzaju kremów zupełnie eliminujemy, jako składniki szkodliwe.

Obecnie preparowane kremy mają wzór następujący:

1) Crème saponatus	75,0—
Glycerini	85,0—

Ol. amygdalarum	100,0—
Terpineoli	3,0—
Jononi	gtt II.

Krem mydlany do przepisu Nr. 1)	
smalcu	40,0—
masła kokosowego	7,5—
ługu potasowego	36,5—
(D 20 1,33)	

Krem wymieniony pod Nr. 1) nadaje się przede wszystkim do wcierania w ręce i nogi. Krem Nr. 2) do wcierania w skórę twarzy i rąk osób ze skórą suchą i wrażliwą:

2) Tegini	15,0—
Ceresini	4,0—
Ol. paraffini	10,0—
Adeps Lanae anhydric.	15,0—
Glycerini	3,0—
Aq. destill.	53,0—

Surowa zima z przed 4 lat wykazała dobitnie, że metoda zapobiegania odmrożeniom daje dobre rezultaty i że klientela stosuje chętnie tego rodzaju środki w postaci racjonalnie spreparowanych kremów.

## Emulsje Kosmetyczne

(ciąg dalszy)

Emulsje bywają rozmaitego rodzaju stosownie do tego czy zawieszono w nich cząsteczki tłuszczu w wodzie, co będzie emulsją o typie **tłuszczu w wodzie** (np. mleko), czy też woda zawieszona w ośrodku tłuszczowym, co będzie emulsją **typu woda w tłuszczu** (np. niektóre kremy: krem Nivea).

W pierwszym przypadku woda jest czynnikiem rozpraszającym, tłuszcz — czynnikiem rozproszonym.

Do otrzymywania emulsji potrzebne są t. zw. emulgatory, które mają za zadanie trzymać cząsteczki rozproszone i nie dopuścić do połączenia się ich, chroniąc tem samem emulsję przed rozłożeniem.

Emulgatory takie, które dobrze wzmagają stopień rozproszenia zawieszin, nadają się w zupełności do przygotowania emulsji. Często używano dawniej w kosmetyce emulgatorów, działających na zasadzie swej lepkości (guma arabska, tragacanth.). Emulsję taką w postaci mlecza widziałem jeszcze na wystawie kosmetycznej w Bagateli, w stoisku Stowarzyszenia właścicieli gabinetów kosmetycznych. Emulsje z gumami są dość trwałe, lecz dają na skórze przy wysychaniu uczucie ściągania, przyczem zaklejanie porów skóry klejem jest, jak wszystkim wiadomo, szkodliwe.

Dobrymi emulgatorami są lecytyny (zawarte w żółtkach jaj), dające z zimną wodą roztwory koloidalne, choliny (w żółci), cholesteryny i inne. Emulsje te otrzymuje się z olejów starannem rozcieraniem i mieszaniem z wodnymi roztworami w obecności środków wiążących, jak klej, guma arabska, tragacanth, żółtko. O emulsjach z gumą, jak wspominałem, wadą ich jest obecność gumy, zaklejającej pory. Wadą emulsji z żółtkiem

jajka będzie jej nietrwałość, emulsja taka, choć bardzo delikatna, ogromnie szybko się psuje, dodanie do niej środków konserwujących w większej ilości jest zupełnie niewskazane ze względu na to, że środki używane obecnie w gabinetach kosmetycznych do konserwacji preparatów kosmetycznych, nie są neutralne dla skóry, a działają drażniąco. (O środkach do konserwacji preparatów kosmetycznych, niedziałających ubocznie, patrz artykuł w dziale: „Z praktyki dla praktyki“.)

Chcąc otrzymać emulsję, należy zawsze dążyć do osiągnięcia koloidalnego stanu przerabianych materiałów. Wyjaśnimy to ostatnie pojęcie. Wszystkie substancje rozpuszczalne dzielimy na dwie kategorie: **krystaloidy i koloidy** (Graham 1862). Do pierwszych należą m. i. wszystkie sole. Koloidy odznaczają się odmiennymi własnościami. Wodne roztwory koloidalne, albo opalizują widocznie, albo też dają, t. zw. efekt Tyndall'a, kiedy przepuścimy przez taki roztwór pozornie jednolitą smugę światła; drogę promieni światła, można wyraźnie poznać wśród badanej cieczy. Kiedy odparujemy taki roztwór, nie nastąpi wydzielenie substancji „rozpuszczonej“; nie będzie ługu macierzystego, jak to ma miejsce u roztworów krystaloidów. Natomiast ciecz będzie często więcej gęsta i galaretowata, wkońcu pozostaje koloid, jako reszta rogowata, wzgl. szklista. Ten fakt, wyjaśnia powstanie nazwy „koloid“. Słowo colla oznacza w języku greckim klej, i zostało nadane przez Graham'a substancjom, które zachowują się jak kleje. Później znaczenie to rozciągnięto i uogólniono. Roztwory koloidalne, w których ośrodkiem rozpraszającym jest woda, noszą nazwę hydrozoli. W obecności substancji krystalicznych (soli, elektrolitów), tracą koloidy swój ładunek elektryczny i wy-



tracają się (koagulacja) z **hydrozoli** powstają tą drogą **hydrogele**. Geli nie można zpowrotem przeprowadzić w stan rozproszenia, chyba przez dodanie **peptyratorów**. Ostatnie zawdzięczają swą nazwę także Graham'owi, który nadał im ją przez analogię do rozpuszczania białka w żołądku pod wpływem pepsyny, (substancja zawarta w soku żołądkowym). W przeciwieństwie do **roztworów prawdziwych** (kryształoidów), koloidy nie przechodzą przez błony zwierzęce, co umożliwia oddzielenie ich od roztworów soli (r. prawdziwych). Zjawisko powyższe nazywamy **dializą**.

Znaną wszystkim paniom kosmetyczkom jest emulsja, służąca do usuwania oparzeń (oparzenia i lekkie podrażnienia wrażliwej skóry twarzy przez promienie słoneczne, na wiosnę i latem), składająca się z wody wapiennej (Aqua calcis) i oleju lnianego, i powstająca przez wstrząsanie, tych dwóch substancji, (w kosmetyce do twarzy, zamieniamy olej lniany, olejkiem migdałów słodkich, w równych częściach, do których można dodać kilka kropli Tinctura benzoës). Czynnikiem umożliwiającym, powstanie emulsji jest tutaj wodorotlenek wapnia, zawarty w wodzie wapiennej.

Wodorotlenek wapnia  $Ca(OH)_2$ , ułatwia rozproszenie oleju i zapobiega powtórnemu złączeniu się cząsteczek oleju. Chcąc dodać do takiej emulsji soli mineralnych, które są przeszkodą w powstawaniu emulsji, należy wziąć do pomocy substancje, które zneutralizują szkodliwe działanie soli, będącej elektrolitem. W tym wypadku wypróbowano, że dodatek serwatki (2 części na 1 część wody wapiennej), umożliwia nam powstanie bardzo trwałej emulsji.

Co do emulsji (mleczek) i kremów, tak zwanych nietłuszczających, suchych i pół suchych, wyrobionych obecnie przez laboratorja i gabinety kosmetyczne, to są to najczęściej emulsje chemiczne, mające część składników, jak stearynę (acidum stearinicum), często z dodatkiem wazeliny, lub oleju parafinowego, zmydloną przez takie emulgatory chemiczne, jak amoniak, (ammonium causticum solutum), potaż (kalium, lub natrium carbonicum), soda (natr. bicarbonicum), lub boraks (natr. biboricum). Działanie tych emulgatorów, polega na przemianie chemicznej surowca (kwasu tłuszczowego). Powstałe przy użyciu tych emulgatorów mydło działa rozpraszająco i zawiera resztę tłuszczów, czy wosków, a nawet olejów mineralnych, dając w wyniku trwałą emulsję. Trzeba zaznaczyć, że w tego typu emulsjach woski i tłuszcze nie zmydlają się (tylko zmy-

dla się stearyna), a są zawieszane mechanicznie przez powstałe mydło stearynowe, czy też inne.

Zrozumiałem jest, że powstawanie w tego rodzaju emulsjach i kremach mydła, nie jest obojętne dla skóry. Takie preparaty kosmetyczne może znieść tylko niewielka ilość osób, ze skórą mało wrażliwą; obecność takich emulgatorów, jak amoniak, potaż i inne, działa na skórę drażniąco, o po dłuższym używaniu często i u osób mało wrażliwych widzimy następstwa stałego podrażnienia naskórka w postaci wrażliwości skóry, czerwoności, często czerwoności nosa.

Często stosowane do wyrobu emulsji mydło lekarskie (Sapo medicatus pulveratus), nie jest również obojętne dla skóry, pomimo, że emulguje pierwszorzędne składniki, które, zemulgowane bez mydła, dałyby nam idealne mleczko, wzgl. krem kosmetyczny (krem przez dodanie mniejszej ilości wody).

Dla przykładu, podam przepis na mleczko takie, jakie obecnie jest typem bardzo dobrego mleczka, jest to przepis na mleczko w rodzaju Lait anglais:

Ol. amygdalarum dulcium frig. express.	500,0
Cera alba japonica	
Cetaceum	
Sapo medicatus pulv.	aa 30,0
Glicerini puri	150,0
Aqua destillata	2000,0
Boracis	5,0
Ol. rosarum ol. geraniae q. s. lub inne do zapachu.	

Otóż, w tym mleczku jest jedna wada, nie znoszą go osoby o skórze twarzy bardzo wrażliwej, osoby nieznoszące mydła. W tym wypadku kosmetyczka jest bezradną, mleczko jest bardzo dobre, składniki pierwszorzędne, emulsja trwała, lecz niestety są klientki, które i takie delikatne mleczko zwracają ze względu na właściwości swej skóry.

Emulgatory nowoczesne, t. zw. emulgatory mechaniczne, usuwają tą obawę, że może się znaleźć skóra, która nie znieśnie preparatu, sporządzonego przy ich pomocy. Emulgatory te są zupełnie neutralne, nie powodują przemian chemicznych w użytych tłuszczach (kwasach tłuszczowych). Emulgatory mechaniczne pozwalają nam stosować do kremów i emulsji, wszystkie te surowce, które dawniej stosować nie mogliśmy, i które dotychczas były poza orbitą zastosowań. Obecnie można emulgować również i węglowodory, jak: wazelina i parafina. Łatwe stosunkowo w chłanianie emulsji przez naskórek rąk, czy twarzy, rozstrzyga o ich powodzeniu u nabywcy.

D. c. n.

## Fabrykacja pudru Kosmetycznego sposobem fabrycznym i domowym

(ciąg dalszy).

Do fabrykacji pudrów używano dawniej krzemionki w postaci ziemi okrzemkowej (Terra siliica) lub też w połączeniu z gliną w postaci kaoliny. Surowce te obecnie są prawie że nie używane do wyrobu pudrów ze względu na to, że puder spreparowany z tymi surowcami jest zabardzo widoczny na twarzy i nie rozkłada się równomier-

nie, natomiast powszechnie jest użycie talku jako środka chłodzącego i do pewnego stopnia zapobiegającego zapaleniom skóry.

Z surowców, będących związkami chemicznymi najczęściej stosowanymi ze względu na ich silne właściwości krycia i przylegania wymienimy: węglan wapnia (Calcium carbonicum), węglan ma-



gnezu (*Magnesium carbonicum*), węgiel berylu (*Beryllium carbon.*), tlenek magnezu (*Magnesium oxydatum*), tlenek berylu (*Beryllium oxydatum*) i tlenek cynku (*Zincum oxydatum*). Tlenek cynku, jak o tem wspomniałem w Nr. 1 tygodnika, ze względu na jego szkodliwe działanie, zastępujemy innymi surowcami (patrz artykuł o Tytanum dioxycatum w Nr. 1).

Z dwutlenków na specjalne wyróżnienie zasługuje Tytan ze względu na jego absolutną neutralność w stosunku do skóry. Co do związków bizmutu, to te jako szkodliwe z liczby surowców, używanych do pudrów, zostały zupełnie usunięte. Surowce do pudrów, należy używać w jaknajlepszym gatunku, a przede wszystkim subtelnie zmielone (*sabtilissime pulveratae*), gdyż tylko takie surowce dadzą nam po przesianiu przez sito idealnie przylegający puder.

Poniżej podam parę przepisów na puder, tak dawnych, jak i najnowszych.

1) Talcum venetum f.f.	100,0—
Kaolinum album	150,0—
Magnesium carbonicum	50,0—
Radix Iridis flor. pulver.	400,0—
Amylum solani	100,0—
Amylum oryzae	200,0—
Terra sienensis	5,0—
2) Zincum oxydatum	200,0—
Rx. Iridis subt. pulv.	100,0—
Amylum tritici	350,0—
Talcum venetum	350,0—
3) Magnes. carbon.	50,0—
Talcum f.f.	50,0—
Bolus alba	50,0—
Amylum oryzae	30,0—
Lycopodium	20,0—

Z nowszych przepisów przytoczę kilka wybranych:

1) Talcum 0000	750,0—
Kaolinum f. f.	750,0—
Zinc. stearanicum	375,0—
Magnes. carbonic.	375,0—
2) Talcum 0000	500,0—
Radix. Iridis subt.	500,0—
Kaolinum f.f.	500,0—
Magnes. carbonic.	250,0—
Zinc. stearinic.	250,0—
3) Talcum 0000	55,0—
Zincum oxyd.	23,0—
Magnes. stearanicum	13,0—
Zincum stearanicum	9,0—
4) Tytanum dioxycat.	40,0—
Magnes. carbonic.	10,0—
Talcum 0000	90,0—
Amylum oryzae	60,0—
5) Talci 0000	500,0—
Berylli carbonic.	50,0—
Tytani dioxycat.	30,0—
6) Silicii dioxycat.	200,0—
Amylum oryzae	75,0—
Talci 0000	100,0—
Tytani dioxycati	125,0—

Przepisy wyżej podane można dowolnie zmieniać w zależności od sposobu użycia. Co do stearynianu magnezji, to należy pamiętać, że może on

wchodzić w skład pudrów w stosunku 5 do 15% i że należy brać ten produkt w gatunku jaknajlepszym. Przy fabrykacji pudru, trzeba mieć na uwadze dwie okoliczności, a mianowicie: ciężar pudru i jego siłę kryjącą, obie te własności należy zachowywać w odpowiednim stosunku.

Ogromne znaczenie posiada perfumowanie pudrów, do tego celu należy używać zapachów jaknajwięcej neutralnych dla skóry. Celem utrwalenia dodawanych zapachów, należy je kombinować mieszając olejki eteryczne z zapachami syntetycznymi. Kilka nowoczesnych kompozycji do perfumowania pudrów podam przy końcu artykułu.

Obecnie istnieje tendencja do perfumowania pudrów zapachami nie przez mieszanie z substancją pudru, a przez nasiąkanie pudru zapachem, co pozwala uniknąć przykrych niespodzianek z zapachami drażniącymi skórę. Autor nin. artykułu perfumuje pudry w następujący sposób: do gotowego pudru, zsypanego do słoja ze szklanym przytartym korkiem, wkłada kawałki gazy, w którą owinięta jest wata obficie nasycona zapachem, po kilku dniach zapach zostaje prawie całkowicie wchłonięty przez puder.

W ten sposób unikamy drażniącego działania zapachów i możemy stosować najróżnorodniejsze kompozycje bez oglądania się na to, czy są one przeznaczone specjalnie do perfumowania pudrów.

Stary sposób perfumowania polega na roztarciu olejku zapachowego z pewną ilością węgla magnezji i następnym dodaniu tej mieszaniny do całej masy pudru.

Do barwienia pudru używamy obecnie **barwki mineralne nierozpuszczalne**, np. ochrę żółtą lub żółtą i bolus czerwony w różnych odcieniach. Do pudrów w kolorze naturelle lub rose, dadajemy jako barwik karmin i eozynę. Celem otrzymania ładnego, żywego, koloru różowego (koloru zdrowej różowej skóry), mieszamy karmin i eozynę mniej więcej w równych częściach. Eozynę do tego celu możemy używać rozpuszczalną w wodzie lub spirytusie.

Karmin natomiast rozpuszczamy uprzednio w słabym amoniaku (*lig. ammon. caust.*), podgrzewamy następnie w porcelanowej patelce na słabym ogniu, aż do ulotnienia się amoniaku i dopiero wtedy dajemy odpowiednią ilość wody do otrzymania roztworu. Karmin przygotowany tylko przez rozpuszczenie w wodzie będzie dawał siny odcień pudru na twarzy i nie będzie posiadał pięknego, żywego, koloru. W ostatnich czasach używa się również do barwienia pudrów, proszków metalicznych. Ze względu na to, że najmodniejszym i najładniejszym kolorem pudru będzie taki, który się podoba największej ilości klientek, trudno jest ustalić ilość barwika, potrzebnego do zabarwienia jednego kilograma pudru. To też puder należy barwić według wzoru jakiegoś pudru i dodawać lub odejmować barwki jaśniejsze lub ciemniejsze, aż do otrzymania identycznej barwy.

c. d. n.

Do artykułu w Nr. 1 wkradły się następujące błędy: zamiast tłuszczami metali winno być: tłuszczami metali, zamiast Terra silicica (Ziemia sycylijska) winno być: (ziemia krzemkowa).



## Zioła, jako środki coraz powszechniej stosowane w Kosmetyce

(ciąg dalszy)

Zioła jako esencje, będące dodatkami do olejków, mają na celu połączenie własności wyciągów z ziół takich, o jakich wspomniałem w wyciągach spirytusowych, z własnościami natłuszczenia i odżywiania, jakie mają tłuszcze stosowane w kosmetyce. Do tych kompozycji można zaliczyć olejki kwiatowe (huile des fleurs), nastawiane na kwiatach i owocach (melonach, jabłkach, ogórkach) i służące do wycierania skóry suchej lub wrażliwej (przed zabiegiem kosmetycznym, przed pójściem spać, celem usunięcia brudu i szminki) i olejki do włosów mające na celu ochronę skóry, na której rosną włosy przed zmianami temperatury, gorącem i zimnem, i odżywianie tej skóry w wypadku suchości, t. j. nie dostatecznego natłuszczenia przez gruczoły łojowe owłosionej części głowy, wzmacnianie włosów, pobudzenie cebulek włosowych, uchronienie włosów od wypadania, a jednocześnie nadania im połysku i jedwabistości. Dzięki tym olejkom włosy szybciej rosną, choć coprawda w ostatnich czasach zaprzestano stosowania tych środków na włosy, znanych już w starożytności, bez żadnej racjonalnej podstawy, a ze szkodą dla włosów. W czasach obecnych olejki tego rodzaju (i pomady do włosów z dodatkami roślinnymi), stosowane są jeszcze masowo na prowincji, a wystarczy porównać uwłosienie mieszkańców prowincji z mieszkańcami miast przeważnie o upośledzonym uwłosieniu lub z łysinami, żeby się przekonać jakie szkody przynosi za częste odłuszczenie włosów myciem (przy pomocy środków energicznie odłuszczeniowych, jak shampoony), bez lekkiego natłuszczenia włosów suchych po myciu olejkami, zawierającymi środki wzmacniające. Do tego rodzaju środków należą: olejek arnikowy (kwiat arniki z olejkami z oliwek, olejek z wyc. chinowym

olejek z żywicą benzoesową, z pączkami topoli i t. p. **Essencje = ekstrakty** z ziół, służą jako dodatki do kremów odżywczych ziołowych, jako dodatki do napań (tusze francuskie), octów toaletowych nastawionych na ziołach, do obmywania twarzy (kilkanaście kropli octu toaletowego na miseczkę wody) i octów toaletowych, które dodajemy, jako części składowe niektórych wód toaletowych, stosowanych dla pojedrzenia, wzmocnienia i odświeżenia skóry. Mam tu na myśli octy toaletowe nie wyrabiane sposobem fabrycznym z kwasu octowego i olejków eterycznych, a octy przyrządzone na occie francuskim naturalnym, winnym, nastawionym na ziołach i korzeniach ziół, przyczem ilość ziół wchodzących do takiego octu toaletowego często przekracza liczbę kilkunastu np.: mięta, rozmaryn, lawenda, szałwja, dzięgiel, imbir i t. p. (w odpowiednim miejscu podam taki przepis na ocet toaletowy). Tego rodzaju octy toaletowe wchodzą bardzo często do płynów przeciw poceniu, stosowanie ich daje b. dobre wyniki w usuwaniu tej przykłej dolegliwości.

Ostatnią formą będzie stosowanie ziół jako mieszanki do kąpieli kosmetycznej, ziół zagotowanych i wlanych do kąpieli całego ciała i mających na celu wzmocnienie nie tylko powierzchowne skóry lecz i całego organizmu, co jest często wskazane dla otrzymania pomyślnych rezultatów przy zabiegach odmładzających miejscowych: twarzy, szyji, biustu.

Ilość ziół, z których korzysta kosmetyka, przekracza znacznie liczbę pięćdziesięciu, w następnym numerze wymienię je według przyjętych nazw polsko-łacińskich z podaniem ich własności, sposobów użycia, jak również podam przepisy przyrządzania ich dla celów kosmetycznych. c. d. n.

## Szkodliwe działanie shampoónów i mydeł zawierających nadmierne ilości sody i potasu

W artykule p. t. „Kosmetyka i djetetyka włosów“ kilkakrotnie podkreślałem szkodliwy wpływ shampoónów i mydeł twardej i płynnych, zawierających nadmiar alkali, na włosy. W artykule powyższym zalecałem mycie głowy bez względu na rodzaj skóry mydłami neutralnymi, a mianowicie dobrem mydłem marsylskim. Muszę podkreślić, że użycie mydła neutralnego, zawierającego nawet 72% ol. nicejskiej, jak to ma miejsce w mydle marsylskim, nie usuwa jeszcze w zupełności ujemnego wpływu działania mydła na włosy. Potwierdzają wywody powyższe doświadczenia, przeprowadzone nad działaniem mydeł na włosy, które wyraźnie stwierdzają, że włosy człowieka podlegają uszkodzeniom, na skutek mycia ich mydłem. Doświadczenia Chelworth'a wykazały, że w czasie mycia włosów ług, uwolniony na skutek działania wody na mydło, **wiąże się z keratyną włosów** i że połączenie ługu z keratyną, aczkolwiek niezbyt

trwałe, nie daje się zmyć nawet przez obfite splókiwanie włosów wodą, i dopiero użycie specjalnych preparatów neutralizujących działanie ługu (sok cytrynowy, kwas cytrynowy lub winny w słabych roztworach wodnych), może usunąć ług i zapobiec dalszemu uszkodzeniu włosów. Doświadczenia chemiczne i badania mikroskopowe wykazały, że jedynie mycie włosów w wodzie o temperaturze zwykłej używanej do mycia, o stężeniu jonów wodorowych (P.H.) od 4 — 8, t. j. mającej odczyn od słabo kwasnego do bardzo słabo alkalicznego nie przynosi włosów szkody. Woda o podanym odczynie wyklucza użycie do mycia: mydeł, sody, potasu, boraksu, węglanu amonowego i amonjaku. To też na miejsce tych środków alkalicznych zaleca Chelworth nowy środek przez niego otrzymany drogą połączeń chemicznych, posiadający pożądaną odczyn, który w połączeniu z wodą daje stężenie jonów wodorowych w granicach 4,5 do 6,5. Środkiem



takim będą produkty kwasów tłuszczowych, posiadających potrzebne grupy wodorotlenowe. Dla uniknięcia niszczącego działania ługów na włosy zalecają do mycia włosów dodawanie do wody 5 — 10% **sulfonowanych nienasyconych** kwasów tłuszczowych lub ich estrów glicerynowych. Środek powyższy można stosować z równym powodzeniem w wodzie miękkiej lub twardej, można również w tym celu dodawać fosforan trójsodowy, połączenia te mają własności bardzo dokładnego oczyszczania włosów i można je z łatwością z włosów wyplukać. Wło-

sy w tym wypadku zachowują naturalny połysk i elastyczność w przeciwieństwie do włosów, mytych przy pomocy mydeł, tracących wskutek działania alkali swój naturalny kolor, połysk i elastyczność (są matowe i kruche). Obecnie są wyrabiane gotowe środki neutralizujące działanie ługów; jednym z takich znanych środków jest „włoso-połysk“, który dodajemy do wody, przeznaczonej do spłókiwania włosów (Drog. a. Cosmet. Industr. Nr. 31/1932).

## Z Praktyki dla Praktyki

### KREMY STEARYNOWE.

Kremy stearynowe, wyrabiane przy pomocy amoniaku (lig. ammonii caustici), bardzo łatwo brązowieją pod wpływem powietrza. Brązowienie tego typu kremów, wynika z powolnej oksydacji. W tych wypadkach, gdy przepisu na krem stearatowy zmienić nie możemy zastępując amoniak, potasem celem wyrobienia kremu, pozostaje nam tylko jedno wyjście, a mianowicie: jaknajlepsze uszczelnienie pokrywek naczyń, w które pakujemy krem przy pomocy staniolu, celophanu lub papieru pergaminowego. Najlepszym sposobem zabezpieczenia będzie, pakowanie tych kremów w tuby metalowe, z tych tylko powodów kremy stearatowe w sprzedaży znajdują się w tubach. (Taschb. für Parf. u. Kosmetik)

### KĄPIELE WYSZCZUPLAJĄCE.

Działającym czynnikiem w dodatkach do wody popularnych do niedawna kąpiele, reklamowanych jako „kąpiele smukłości“, są między innymi: wolne kwasy borowe, które w roztworach wodnych węglanów lub dwuwęglanów, naskutek działania kwasu borowego, wytwarzają wolny kwas węglowy. Dzięki dodatkowi krochmalu, do tego rodzaju kąpiele zatrzymuje się usiłujący ująć kwas węglowy i umożliwia się w ten sposób dłuższe działanie tegoż kwasu węglowego na ciało odpo-

czywające w kąpiele. Do tego samego celu mogą służyć, również i zwykle kąpiele z kwasem węglowym, które można otrzymać gotowe do użycia w aptekach i droguerjach.

Kąpiele kwaso-węglowe wpływają również redukująco na wagę ciała.

### KREM IDEALNIE USUWAJĄCY POPEKANIA I SZORTKOŚĆ RĄK.

Pierwszorzędnym środkiem do usuwania popekania i szorstkości rąk będzie krem, przepis którego podaję. Wchodzący w skład tego kremu Chinosol jest w tym kremie słabym środkiem dezynfekcyjnym, natomiast doskonale działa na szybkie wyleczenie naskórka.

Przepis na ten „Chinosol - Coldcrème“ jest następujący:

Ol. amygdalar. dulc.	100,0—
Cetaceum	17,5—
Cera alba	17,5—
Aq. destillata	30,0—
Chinosoli	1,0—
Ol. bergamottae	2,5—
Ol. Iris	1,0—

Chinosol rozpuszczamy w wodzie i dodajemy do roztopionego olejku z woskami, emulgujemy i rozkręcamy w moździerzu aż do ostygnięcia.

## Kremy zmywacze

Przystępując do zabiegu kosmetycznego musimy przede wszystkim oczyścić i zdezynfekować skórę tej części ciała, na której będziemy pracować. Zabiegi kosmetyczne dotyczą przeważnie skóry twarzy. W skórze tej znajduje się największa ilość gruczołów łojowych, które dają w otworach swych kanalików schronienie wszelkim zanieczyszczeniom powietrza, jak: sadza, kurz, bakterje. Ażeby usunąć

dokładnie zanieczyszczenia skóry, kosmetyczka powinna mieć na swej toalecie kilka nieszkodliwych preparatów do głębokiego i intensywnego oczyszczenia tejże.

Zasadniczo dzielimy zmywacze na 2 rodzaje: jeden dla skóry suchej, drugi dla tłustej oraz ogólny, odpowiedni dla każdej. Dla skóry suchej i wrażliwej (egzematycznej, podrażnionej) zmywaczem



najodpowiedniejszym i w zupełności wystarczającym będzie t.zw. mleczko migdałowe, zrobione na prawdziwym mydle marsylskim (72<sup>o</sup>/<sub>o</sub> oliwy nicejskiej); przepis na takie mleczko jest następujący:

1) Sapo (mydło marsylskie 72 <sup>o</sup> / <sub>o</sub> )	15 gr.
Cera alba	3 gr.
Cetaceum	3 gr.
Ol. amygd. dulc. frigide par.	50 gr.
Aqua dest.	200 gr.
Glicerini	10 gr.
Boracis	2 gr.
Ol. geraniae verum	gtt. III.

lub zmywacz w postaci kremu „zmywacz dla cery suchej“:

2) Ol. ricini	5,0
Cetaeci	2,0
Stearini	3,0
Cera alba	1,0
Kal. carbonic	1,0
Boracis	0,2
Aq. destill.	50,0

Zmywacze dla cer tłustych zawierają składniki energiczniej działające, np. zmywacz dla cery tłustej:

3) Stearini	4,0
Cetacei	2,0
Alkohol cetyl.	2,0
Cera alba	1,0
Kal. carbonic.	0,6
Boracis	0,4
Ag. destill.	60,0

Należy zawsze pamiętać, że przed zastosowaniem zmywaczy skórę twarzy, należy obmyć ciepłą wodą i że zmywacz nakłada się na mokrą skórę.

Tak mleczko krem, jak i krem zmywacz, nakładamy na twarz przy pomocy kawałka waty i wykonywując lekkie ruchy masażu (kółeczkowe), staramy się krem ten w ciągu 2 — 3 minut wetrzeć. Następnie zmywamy skórę ciepłą wodą, oczyszczając ją dokładnie, aby przy masażu twarzy nie wmasowywać w głąb tkanki brudu, znajdującego się w mniejszej lub większej ilości nawet na twarzach

uprzednio umytych. Do zmywania skóry normalnej lub tłustej, a szczególnie takiej na której gołębkiem widoczne są czarne punkciki lub wągrzy, musimy użyć środków, zawierających więcej mydła i alkali. Środkami, używanymi najczęściej i mającymi opinię dobrych zmywaczy, są t.zw. galaretki kamforowe, będące nie czem innym jak mydłami stearynowymi z dodatkami kamfory, olejku cytrynowego lub wody utlenionej. Dobrym zmywaczem w postaci kremu, znanym już dawno, jest zmywacz sporządzony z żółtka jajek z dodatkiem gliceryny, spirytusu, ol. cytrynowego, wody karbolowej. Zmywacz ten, specjalny dla cery tłustej, również głęboko przenika w skórę i dokładnie ją czyści. Przy stosowaniu zmywaczy, trzeba się liczyć z wrażliwością skóry danego pacjenta. Zasadniczo zmywacze trzyma się na twarzy nie dłużej jak 3 — 10 minut w zależności od rodzaju skóry.

Kosmetyczka, nakładając na skórę zmywacz, powinna zapytywać pacjentkę, czy ta nieuczuwa pieczenia, szczypania i tym sposobem poznać własności skóry, co jest niezbędne przy dalszym stosowaniu środków. W tym wypadku kosmetyczka musi mieć na uwadze, że panie, poraz pierwszy odwiedzające gabinet w obawie o swoją skórę są b. nieufne i że przy zabiegu należy kierować się maksymą: „lepiej od razu nie pomóc niż zaszkodzić“.

Przepis na krem (z żółtkiem jajek) do głębokiego oczyszczania skóry:

4) Vitti ovi (żółtka jajek)	4 szt.
Spiritus vini	35,0
Glicerini	65,0
Ol. citri	gtt. XXX
Aq. carbolisata 1 <sup>o</sup> / <sub>o</sub>	gtt. XXX
Tra benzoës	gtt. XX

Krem ten można stosować co drugi dzień i nie trzymać na skórze dłużej niż 10 minut.

W następnym numerze podam przepisy na galaretki kamforowe do oczyszczania skóry tłustej.

c. d. n.

## Dział: Sprawy zawodowe

### W związku z projektem nowej ustawy o gabinetach i szkołach Kosmetycznych

Zgodnie z zapowiedzią, umieszczoną w Nr. 1 tygodnika „Kosmetyka Nowoczesna“, podajemy poniżej informacje, udzielone naszej Redakcji przez radcę Wydz. Zdrowia, p. Wojnarskiego, które dają się streścić w sposób następujący:

Projekt nowej Ustawy jeszcze nie jest opracowany, natomiast wszelkie materiały potrzebne do pracy nad Ustawą zostały już przez Urz. Wojewódzki dostarczone i na podstawie tego materiału

p. radca Wojnarski prawdopodobnie już w m. lutym znacznie opracowywać projekt.

Narazie został wniesiony do Sejmu wniosek o zmianę Ustawy przemysłowej, w której kosmetyka, jako samodzielny zawód, nie figurowała dotąd. Zmiana Ustawy przemysłowej dla naszego zawodu jest potrzebna celem umożliwienia wydania Ustawy o szkołach i gabinetach kosmetycznych drogą rozporządzenia p. Ministra. P. radca Wojnar-



ski wyraził nadzieję, że nowa Ustawa będzie ogłoszona już w ciągu kilku najbliższych miesięcy, i że wypełni braki odczuwane dotąd z powodu niejednolitych zarządzeń w stosunku do zawodu kosmetycznego na terenie państwa. Trzeba zaznaczyć, że o ile w b. zaborze rosyjskim Ustawą taką był Zb. Ust. Freiberga, to b. zabór austriacki wogóle żadnych ustaw, pod który można było podciągnąć kosmetykę, nie posiadał. Co do zmian, jakie mogą zajść w związku z nową Ustawą, to p. radca wypowiedzieć się nie mógł z powodu tego, że będąc zajęty opracowywaniem innych Ustaw, nie mógł jeszcze wyciągnąć żadnych wniosków, dotyczących ustawy kosmetycznej.

Redakcja na podstawie własnych przypuszczeń jest przekonana, że zmiany w związku z nową Ustawą będą bardzo doniosłe, zresztą odpowiadające zmianom, jakie już od paru lat przeprowadzono w innych zawodach, i że będą dotyczyły przede wszystkim podniesienia cenzusu naukowego,

wymaganego od kosmetyczek (prawdopodobnie matura), długości nauczania w szkołach kosmetycznych i, prawdopodobnie, podziału osób pracujących w zawodzie na dwie kategorie (jak to ma miejsce w kosmetyce w Ameryce, lub we Francji, w aptekarstwie).

W numerze następnym rozpoczniemy umieszczenie serii artykułów o organizacji, poziomie nauczania i pracy w szkołach i gabinetach kosmetycznych większych państw europejskich i Ameryki, a to celem porównania warunków egzystencji zawodu kosmetycznego w państwach zachodnich z warunkami naszymi.

Prosimy wszystkie pp. kosmetyczki, a szczególnie te, które ukończyły szkoły zagraniczne i znają dokładnie warunki pracy w innych państwach, o wzięcie udziału w naszej ankiecie: **jak pracują szkoły i gabinety kosmetyczne zagranicą i jak powinny pracować u nas.**

## Źródła Zakupu

### Bezpośrednie źródło nabywania pierwszorzędnego olejku migdałowego i surowców stosowanych w Kosmetyce

Panie kosmetyczki, prowadzące własne laboratoria kosmetyczne, wiedzą dobrze jakie trudności muszą pokonywać, aby otrzymać dobry olejek migdałowy frigide expressum. Spreparowanie kremu wzgl. mleczka kosmet. zależy przede wszystkim od jakości surowca, wiadomem jest, że najmniejsze uchylenie w dobroci surowca, a przedewszystkiem w dobroci olejku migdałowego, powoduje, że preparat kosmetyczny zrobiony lege artis, jak np. krem, nie wyjdzie dobrze, nie będzie posiadał śnieżnej białości, nie połączy się dokładnie, nie będzie miał odpowiedniej konsystencji. Przyczyną tego jest różnorodność gatunków olejku migdałowego, nawet nabywanego w jednej i tej samej firmie, wynikająca z importowania olejku w beczkach z różnych firm o różnej

jakości. Dla uniknięcia strat surowce takie, jak ol. migdałowy, należy kupować bezpośrednio u przedstawiciela w małym oryg. opakowaniu. Firma W. Kojrański, posiada przedst. olejku migdałowego angielsk. światowej sławy firmy Staff Allens, specjalnego dla celów kosmetycznych, który można nabywać w oryginalnych małych blaszankach. To samo da się powiedzieć o olbrocie (cetaceum), który bywa często fałszowany już zagranicą, olbrot angielski, wyprodukowany przez solidną firmę, daje gwarancję czystości artykułu. Specjalnością firmy są i inne artykuły kosmetyczne, niezbędne do pracy w kosmetyce, a przedewszystkiem maska mułowa „Kemolite“ w proszku, której nadzwyczajne działanie kosmetyczne wszystkim pp. kosmetyczkom jest już znane.

### Informacje z działu: Źródła zakupu

Abonenci naszego pisma mogą korzystać bezpłatnie z informacji o źródłach zakupu, nieabonenci za każdą informację płacą zł. 3.

Od Redakcji: Starania nasze, ilustrowania zamieszczanych artykułów naukowych, powodują opóźnienia w terminach wychodzenia pisma, wzamian zato Sz. Czytelnicy otrzymują pismo obficie ilustrowane i w zwiększonej objętości.

**Przy zakupach prosimy o powoływanie się na nasze wydawnictwo.**

WARUNKI PRENUMERATY: Miesięcznie zł. 3.— z przesyłką pocztową. Kwartalnie zł. 8.— z przesyłką pocztową.

CENY OGŁOSZEŃ:  $\frac{1}{4}$  strona 180 zł.  $\frac{1}{2}$  str. 100 zł.  $\frac{1}{3}$  str. 80 zł.  $\frac{1}{4}$  str. 60 zł.  $\frac{1}{8}$  35 zł.

Na 1 str. okładki 50% drożej.

Zakł. Graf. Z. Sakierski, Warszawa, Miedziana 4-a. Tel. 526-49.



# 1-sza PORADNIA PRZYRODOLECZNICZA

SZOPENA 18 m. 9 (parter.) Tel. 8-71-11

## Leczenie siłami przyrody, Kuracja głodowa.

Leczenie wszelkich chorób szczególnie: artretyzmu, sklerozy, astmy, gruźlicy, cukrzycy, chorób kobiecych, serca i t. p.

Przyjęcia od godziny 5 do 7 wieczorem.

WARSZAWA — POZNAŃ — KRAKÓW

## „MADELEINE”

Instytut racjonalnej kosmetyki D-rowej Magdaleny Poznańskiej

Warszawa, Mokotowska 52. Tel. 808-37

Fachowo, umiejętnie, sumiennie wykonywa wszelkie zabiegi, wchodzące w dziedzinę współczesnej kosmetyki. Pielęguje, doskonali, odświeża, konserwuje urodę kobiecą. Usuwa jej defekty i braki. Przedłuża jej trwanie. Upiększa doraźnie. Barwi włosy udoskonaloną metodą. Przyciemnia brwi trwałymi a nieszkodliwymi barwnikami. Tamże sprzedaż doskonałych, a indywidualnie dobieranych specyfików kosmetycznych „MADELEINE” kremy, mlecza, pudry, róże, ombrey'e, szaszety, otrybki i t. p. Porady bezpłatnie. Wysyłka specyfików za zaliczeniem pocztowym, Długoletnią tradycją ustalona renoma firmy jest dla niej bodźcem do niezmiennie solidnego stosunku do Klienteli.

Olejki eteryczne naturalne  
Olejki eteryczne syntetyczne  
Olejki kwiatowe  
Olejki perfumeryjne do mydeł  
Pachnidła, Barwniki, preparaty chemiczne

Dostarczają w najlepszej jakości

**DOMAGALSKI i S-Ka, Poznań**  
Św. Marcina 34 i Garncarska 8.

Założona w r. 1901.

premjom. kilkakrotnie najwyższymi nagrodami.

Prospekty bezpłatnie Ekspedycja natychmiastowa.

**K. RACIBORSKI**  
EMALJERNIA

Ram rowerowych, maszyn do pisania  
oraz wyrobów metalowych i części  
składowych

SPECJALNOŚĆ EMALJOWANIE W  
OGNIU POCHEW DO BAGNETÓW

WARSZAWA, KRÓLEWSKA 47.

„D I A N A”  
ŁAŹNIE KĄPIELE  
CHMIELNA 13.

czynne od 8 r. do 22 w., we czwartki łaźnia dla pań  
Częste kąpiele wzmacniają i przedłużają Twe życie.

**Fryzjer Damski**  
jest najlepszy, bezwzględnie  
**B. MAZURKIEWICZ**  
Nowy - Świat 40.  
Salony damskie i Kosmetyka



## Posady: zaofiarowane i poszukiwane

Kosmetyczka z dłuższą praktyką w pierwszorzędnym zakładach, prezencją, w wieku średnim, zdolna do samodzielnej pracy i prowadzenia gabinetu potrzebna. Oferty szczegółowe sub: „Siła pierwszorzędna“ do Redakcji wydawnictwa „Kosmetyka Nowoczesna“ Nowy Świat 26 — 4.

Kosmetyczka dyplomowana, młoda, zdolna z pierwszorzędną praktyką po ukończeniu szkoły kosmetycznej, poszukuje posady w Warszawie lub na prowincji. Oferty: „J. W.“ do Redakcji tygodnika „Kosmetyka Nowoczesna“ Nowy Świat 26.

Spółpracy z lekarzem - dermatologiem poszukuje kosmetyczka znająca dokładnie zabiegi wchodzące w zakres kosmetyki leczniczej. Oferty: „Spółpraca“ do Redakcji tygodnika „Kosmetyka Nowoczesna“ Nowy Świat 26.

### Fabryka waty i kołder KAROL SZULC

Orla 2 — Tel. 274-96

Przyjmuje wszelkie obstalunki z własnych i powierzonych materiałów

Sprzedaż futer i galanterji futrzanej  
wytwórnia własna

K. JASTRZĘBSKI

Warszawa, Hoża 35. Telefon 9.31-27

„BOROS“  
WYTWÓRNIA ŻELAZEK  
STALOWYCH do ONDULACJI

Warszawa, Chłodna 21  
Telefon 262-58



Proszę zwracać uwagę  
na markę fabryczną

Nowoczesna

## Szkoła Kosmetyczna

STEFANA ARTYMIŃSKIEGO

Warszawa, Nowy-Świat Nr. 26

Tel. 606-42

Zapisy na kurs trwają.

Kurs czteromiesięczny.

Wykładają wybitni lekarze specjaliści.  
Wszelkierne nauczanie kosmetyki  
metoda: własną, paryską, angielską  
i wiedeńską.

Szkoła posiada: gabinety kosmetyczne,  
laboratorium kosmetyczne i bibliotekę.  
Niezmierzonym ustępstwa, ułatwienia  
mieszaniowe, w uzyskaniu posad.

Specjalne kursy dla kosmetyczek: przy-  
rządzenia preparatów kosmetycznych,  
pedicure i manicure systemem paryskim.

Kierownik Szkoły:

Dr. Wiktor Borkowski

### NAJTAŃSZE ŹRÓDŁO

APARATÓW ELEKTRO-MEDYCZ. i KOSMETYCZNYCH  
francuskich i amerykańskich systemów z gwarancją  
oraz reparacja wszelkich aparatów doktorsko-kosme-  
tycznych, dentystycznych i fryzjerskich

Specjalna wytwórnia wszelkich grzejników  
elektrycznych

Zamówienia i reperacje wykonywa  
SZYBKO — SOLIDNIE — i TANIO

72 Chmielna 72

Telefon  
592 - 30

Zakład elektro-mechaniczny  
J. MIKULSKI

Młodo wyglądać i pozostać młodym

można tylko przez „HORMONĘ“

Metoda „Hormona“ umożliwia skuteczne zastosowanie preparatów  
hormonalnych w nowoczesnej Kosmetyce odmładzającej.

Zakł. Graf. Z. Sakiński, Warszawa, Miedziana 4-a, tel. 526-49.