

ROK 2 LISTOPAD 1935

# KOSMETYKA

## NOWOCZESNA

URODA

HIGJENA

ZDROWIE



N:22

50

GR







# KEMOLITE

ODŻYWIA NASKÓREK, WYGŁADZA  
ZMARSZCZKI, ODMŁADZA CERĘ.

RADJOAKTYWNY  
PRODUKT  
NATURALNY

GENERALNY REPREZENTANT:

## W. KOJRAŃSKI

WARSZAWA + UL. SIENNA Nr. 30 + TEL. 5-18-88

# KOMOL

W 18 NATURALNYCH KOLORACH

## KOMOL KOMOL

w 15 minut farbują siwe włosy  
pozwalają na wieczną odolację

Żądać w pięknościach, w salonach fryzjerskich i perfumeryjnych

Generalne przedstawicielstwo na Polskę i w. m. Gdańsk:  
Dom Handlowy TEODOR SAKOWSKI  
Warszawa, ul. Bagatela 15, tel. 9-37-77.

z marką „MOTYL”



PRZEWYŻSZA  
SWIEMI ZALETAMI  
ZAGRANICZNE  
MYDŁA I KREMY  
DO GOLENIA

MAGISTER **W. KASPRZYCKI**  
WARSZAWA, PIUSA XI 30

# „MADELEINE”

INSTYTUT

RACJONALNEJ KOSMETYKI

Dr-owej Magdaleny Poznańskiej

Warszawa, Mokotowska 52

Tel. 8.08-37

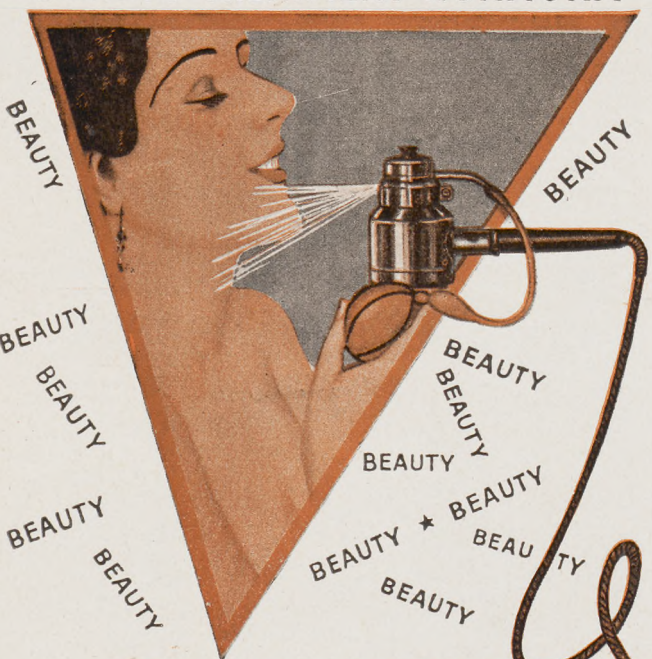
Fachowo, umiejętnie, sumiennie wykonywa wszelkie zabiegi, wchodzące w dziedzinę współczesnej kosmetyki. Pielęgnuje, doskonali, odświeża, konserwuje urodę kobietę. Usuwa jej defekty i braki. Przedłuża jej trwanie. Upiększa doraźnie. Barwi włosy udoskonaloną metodą. Przyciemnia brwi trwałymi, a nieszkodliwymi barwnikami. Tamże sprzedaje doskonałych, a indywidualnie dobieranych środków kosmetycznych „MADELEINE”; kremy, mlecza, pudry, róże, ombrey'e saszety, 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.

# MYDŁA TOALETOWE i DO PRANIA „SPORT”



## BEAUTY-TREATMENT HORMONA



## BEAUTY-TREATMENT HORMONA

NAJTAŃSZE ŹRÓDŁO

aparatów elektro-medycznych i kosmetycznych

francuskich i amerykańskich systemów z gwarancją oraz reperacja wszelkich aparatów lek.-kosmetycznych, dentystycznych i fryzjerskich, oraz specjalna wytwórnia wszelkich grzejników elektrycznych

Zamówienia i reperacje wykonywa szybko, solidnie i tanio

72 Chmielna 72, tel. 5.92-30 **I. MIKULSKI**  
zakład elektro-mechaniczny

Ostatnia nowość: aparat do trwałej ondulacji „MIKWAR” na elektryczność i spirytus, jest bezkonkurencyjny, estetyczny, ładny w obsłudze i tani. POKAZY i OBJAŚNIENIA.

IDEALNY  
**DERNIER-CRI** KREM **SZACH**  
przy opalaniu  
WARSZAWA

## KOSMETYKA NOWOCZESNA

to jedyne pismo popularno fachowe w dziedzinie kosmetyki i perfumerji.

**ORYGINALNE PROSZKI**  
„MIGRENO-NERVOSIN” R.H.S.W. N21599  
ZN.FABR. **KOGUTEK**  
SA ŚRODKIEM KOJĄCYM BÓLE  
I ZASTOSOWANIE:  
BÓLE GŁOWY; ZĘBÓW, MIGRENA, NEURALGIA, GRYPA  
i PRZEZIĘBIENIA, BÓLE STAWOWE, KOSTNE, ARTRETYCZNE i t. p.  
ZADAJCIE W APTEKACH PROSZKÓW ZE ZN.FABR. „KOGUTEK”  
W ORYGINALNYM OPAKOWANIU PO 5 PROSZKÓW.  
UŻYCIE: W RAZIE POTRZEBY 1-2 PROSZKI DZIENNIE.



# KOSMETYKA

## NOWOCZESNA URODA HIGJENA ZDROWIE

M I E S I Ę C Z N I K

Rok II.

Listopad 1935

Nr. 22.

REDAKTOR: JANINA ZAWISZA - KRASUCKA.

WYDAWCA: ROMAN SZAFRAN.

ADRES REDAKCJI I ADMINISTRACJI: WARSZAWA, PLAC ŻELAZNEJ BRAMY 6/11.

Tel. cent. 253-68 tel. redakcji 8.92-53. P. K. O. 3989.

### TREŚĆ NUMERU:

Moda a uroda ( <i>Well</i> )	str. 2
Elementy roślinne w kosmetyce ( <i>Magdalena Poznańska</i> )	„ 4
Dakarmianie ( <i>Dr. J. Waski</i> )	„ 5
Wodolecznictwo ( <i>Dr. B. Muszkat- blat</i> )	„ 6
Kąpiel igliwiowa ( <i>Mgr. D. Igna- towska</i> )	„ 7
Piękno bez szminki ( <i>Inż. J. Rolicki</i> )	„ 8
Co nam mogą powiedzieć zmar- szczy... ( <i>H. Brzezińska</i> )	„ 9
Wódka jako jeden z najstarszych domowych środków kosmetycz- nych ( <i>Dr. J. Ste-ski</i> )	„ 10
Lotiony po goleniu ( <i>Inż. E. An- drzejewski</i> )	„ 12
Kremy kosmetyczne, preparowane na Agar-Agar	„ 13
Otyłość, to wróg zdrowia i urody ( <i>Dr. H. Kowalski</i> )	„ 14
Elektrokosmetyka ( <i>Inż. K. Bie- nicz</i> )	„ 15
Farba do włosów ( <i>Inż. S. Wie- wiórski</i> )	„ 16
Sok brzozy w kosmetyce ( <i>Dr. Ste-ski</i> )	„ 17
Kosmetyka na szerokim świecie	„ 18
Zdrowe nerwy, to klucz do szczę- ścia i powodzenia	„ 19
Początkujący wytwórcy preparatów kosmetycznych	„ 20
Poradnik kosmetyczny	„ 21
Raz, dwa, trzy... ( <i>Kpt. Dobrowolski</i> )	„ 22
Niż niewidzialna ( <i>Kacik radjowy</i> )	„ 23
Niech Jaracz będzie inny! ( <i>L. Len.</i> )	„ 24

### Nowości w kosmetyce

Szereg najnowszych  
preparatów do użytku tylko

### W GABINETACH KOSMETYCZNYCH

wraz z wyczerpującymi  
informacjami fachowemi

Między innymi absolutnie nieszkodliwy bezręciowy preparat do usuwania  
najbardziej upartych piegów i plam „płyn Nr. 202”

ŻĄDAJCIE CENNIKÓW I PRÓB

### NOWOOTWIERAJĄCEGO SIĘ LABORATORJUM CHEMICZNO - KOSMETYCZNEGO

# „IZIS”

w WARSZAWIE, ul. ŻABIA 4, TEL. 5-81-53.

## PUDER JOKER PODNOSI URODĘ

Piękny zapach

Dobrze przylega



# Moda a uroda

Moda współczesna wymaga, żąda bezapelacyjnie od swych wyzwawczyń — młodości i urody.

— Dobrze sobie! A czyż była kiedykolwiek moda, któraby tego nie żądała?

Owszem. W historii ubioru zdarzały się długie okresy, w których kobiety mogły nader szczęśliwie maskować swe defekty i wiek. Panie z czasów Odrodzenia, wychodzące na ulicę w maskach, mogły z powodzeniem ukrywać swe zdeformowane kształty i częste cięże pod szerokimi, faldziste-

mi szatami z sztywnego złotogłowiu. Modę szat podobnych wskrzesiła w siedemnastym stuleciu na dworze francuskim faworyta Króla Słońca — piękna Athérais de Montespan. Uczyniła to w celu ukrywania przed niedyskretnym okiem dworaków swych zbyt szczęśliwych i owocnych królewskich amatorów.

Modę krynolin zawdzięczają elegancki drugiej połowy wieku dziewniętnastego francuskiej cesarzowej Eugenji. Urodziwa ta władczyni nosiła również i tytuł królowej mody,

a była z korony tej nie mniej dumna niż z rzeczywistej. Najmniej urody: autentycznej świeżości wymagał od kobiety zalotny i płochy wiek XVIII. Przypominał pod tym względem chłopięcą niewybredność Cherubina z „Wesela Figara”, który oglądając się za starą babcią, powiada z uznaniem: — Ale bądź co bądź i to kobieta!

Przedrewolucyjne księżne i markiży mogły zażywać miłosnych sukcesów do syta i późna.

— Księżna krwi nie miewa nigdy ponad 30 lat w oczach zwykłego śmiecielnika — pisał z przekonaniem w kilkadziesiąt lat później wielki Balzac, niecałkiem bezinteresowny kochanek szeregu piękności nadwiedliwych, lecz szcycących się krwią „błękitną”. Dama z arystokracji nie potrzebowała być dla niego piękna, ani młoda, ani nawet normalnie zdrowa. Mogła być nawet sparaliżowana, jak nieszczęśliwa pani de Castries — prototyp księżnej de Sangcuiss.

Paniom z XVIII stulecia spóźnione ich amory ułatwia znakomicie ubiór. Ciasno zesznurowany, wysoki gorset, podbijał do góry „tono”. Najmniej jędrne. Monstrualnych rozmiarów wydęte „paniers” kryły nie tylko nieforemności, lecz ułomności budowy. Pod rusztowaniami z drutów i włosa, krzywoboka garbuska mogła uchodzić za piękność. Braki wzrostu dawało się sztukować za pomocą wysokich korków i wielopiętrowej peruki. Zresztą co nie dałoby się pod peruką ukryć?! Wszystko, nawet łysina.

Zmarszczki, piegi, węgry, nawet liszaje — zasłaniała szczelnie maską kompaktnych barwiczek: blanszu i różu. Własne brwi golono i malowano sobie inne dowolnej formy i w dowolnym miejscu — piękną czernią palonego korka.

Jeszcze w początkach naszego stulecia kobiety mogły ukryć niejedną niedoskonałość budowy pod sznurówką, treniastą spódnicą, stanikiem z fiszbinami i wysokim stojącym kołnierzem, a brak włosów pod efektywnym torcikiem z „podkładek” i przypinanych loków. Wychodząc na ulicę wkładały gęste woalki.

---

Ginger Rogers — gwiazda wytwórni R. K. O. Radjo - Films.

---





Moda powojenna w porozumieniu z higieną i sportem wydobyła kobietę na światło dzienne, wyluskala ją z nadmiaru szmatek i zmusila do konfrontacji z rzeczywistością. Krótkie suknie, cienkie pończoszki i płytke pantofelki wydobyły na jaw nogi, pozostające od szeregu wieków we wstydlwym ukryciu.

— Królowa Hiszpanji nie posiada nóg — ogłosił mistrz. ceremonij (w) Escorialu, odrzucając, nietaktowny dar flamandzkich warsztatów pończoszniczych, przysyłających najpiękniejsze próby swych wyrobów.

Kobieta współczesna posiada nogi i musi wciąż pamiętać o tem, aby nogi te były na wysokości... no chociażby tej, do jakiej je odstania. Skończyły się czasy wysokich sznurowanych bucików, do których jak mawia z westchnieniem żalu pewna przywiązana do przeszłości praktyczna gospodyni, „pończochy nie potrzebowały być ani czyste, ani całe”.

Włosów nosimy obecnie niewiele — ścięliśmy nadmiar, ale te co pozostały, muszą być utrzymane bez zarzutu, myte co tydzień, ondulowane conajmniej raz na tydzień (o ile nie są zrobione „na trwało”). Przed obowiązkiem starannej fryzury nie obroni nas nie zdejmowanie na wizycie kapelusza — kapelusz ten nic nie zakrywa, tkwi małeńki, zbakierowany w gnieździe jedwabistych loków, trzymając się ich siłą słowa honoru i wąskiej gumki ukrytej w ich gąszczu. Figury już nie naprawi gorset. Miękką obcisła tkanina modnej sukni (tem obcislejszej, że krajanej skośnie) ujawnia bezlitośnie wszystko, więc i fiszby. Najwyżej można przemyścić świetnie dopasowany pas z dziwnej gumy, czy jedwabnego batystu, pas wnoszący dyskretną korektę, lecz niezdolny do gruntownej rekonstrukcji. Kobieta pragnąca obecnie mieć piękną linię (dawniej nazywano to „dobrą figurą”), musi o to dbać: nie przejadać się, nie leniuchować, uprawiać sporty, gimnastykę i korzystać z usług wykwalifikowanej masażystki. To i soko nie będzie doprawdy za dużo, jeżeli pragnie osiągnąć zadawalający rezultat.

A teraz twarz. Dawniej ceniono tuk zwane „rysy”. Nos musiał być grecki albo rzymski, oczy duże, migdałowo kształtne, proporcje twarzy idealnie zachowane. Moda obecna pozwala na znaczne odchylenia od klasycznych kanonów. Obecnie młoda osoba o nosku zadartym, skośnych oczach, szerokich ustach i krótkiej twarzy — może



#### WŁASNE PORADNIE:

- 1) WARSZAWA, U. de B. CEDIB, Warecka Nr. 5
- 2) ŁÓDŹ, Inst. Kosm. R. SZWAJCEROWEJ, Piotrkowska 106
- 3) ŁŹÓW, Inst. Kosm. Haliny SŁADOWSKIEJ, ul. Akademicka 21
- 4) KRAKÓW, Inst. Lek. Kos. ERA Basztowa 8
- 5) WILNO, Inst. Kosm. Janiny HRŹNIEWICZOWEJ Ul. Mickiewicza 1
- 6) BIAŁYSTOK Inst. Kosm. E. ŁUKACZEWSKIEJ ul. Sienkiewicza 5
- 7) KUINO, Ins. Kosm. Jeanette Manchester, ul. Piłsudskiego 4.

uchodzić za skończoną piękność, wampka, poprostu Marlenę Dietrich. Może mieć wystającą szczękę, wypukłe czoło i kości policzkowe, ale niewolno obnosić bezkarnie w słońcu rozszerzonych porów, wągrów, zwiotczalej skóry, ani faldzistego podbródka.

Malować się można — owszem inteligentnie obmyślany maquillage, uwydatniający typ urody i wykonany dyskretnie — stanowi nawet niezbędne dopełnienie toalety. To, że musi być dobrany zarówno do rodzaju ubrania, jak pory dnia czy nocy — rozumie się samo przez się. Wadę jego stanowi to, że zdobi wprawdzie i to dość istotnie, ale tuszuje wady cery w minimalnym stopniu. Trzeba mieć na czem malować — mawia z wielką słuszością moja dobra znajoma, kierownicza wzorowo prowadzonego

gabinetu kosmetycznego. — Można twarz zbyt bladą ożywić sztucznym rumieńcem, zmatować pudrem skórę błyszczącą, pastelową mgielką cienia ożywić i pogłębić blask oczu — ale ani rozszerzonych porów, ani zmarszczek, ani żadnych istotnych defektów skóry maquillage ukryć nie jest w stanie. Na to potrzebna jest systematyczna, racjonalna pielęgnacja.

Zyjąca w pełnem słońcu, nie nosząca woalki (a raczej jej szczątki) kobieta współczesna — musi walczyć o zachowanie młodości i urody wytrwalej i konsekwentniej, niż zawoalowane zatynkowane i uperukowane prababki. Inaczej modny ubiór zrobi z niej karykaturę. Moda wymaga od nas nieustannego dbania o zachowanie młodości i urody.



# Roślinne elementy w kosmetyce

Nowe zainteresowania medycyny w dziedzinie hormonów, witamin oraz wogóle pewne jej pochylenia od martwych substancji leczniczych w stronę bliższą źródeł natury żywej, zbudziły, co całkiem jest zrozumiałe, pewną czujność w tymże kierunku i w zakresie kosmetyki.

Stosowanie miazgi roślinnej, przeważnie z owoców i jarzyn, w postaci okładów na skórę twarzy należy do bardzo już dawnej tradycji ustalonych praktyk kosmetycznych. Jakkolwiek więc właściwie, wszystko to już było, powraca się jednak znów teraz do tych starych wspomnień, w imię nowych haseł.

W posługiwaniu się miazgami roślinnymi, akcentując w nich zgodnie z prądem czasu rolę witamin, przoduje dziś przede wszystkim Anglija, w której „beauty parlors” zyskują one coraz szersze prawo obywatelstwa. Me tody te usiłuje się tam ująć w pewne określone formuły, z których parę tu powtórzę, nie wdając się w ocenę ich skuteczności.

Otóż bierze się liście sałaty zwykłej i ogórki krajane w plasterki (dobrze jest wszystko przesiekać); masę tę wyciska się mocno przez bardzo gęste sito celem otrzymania soku. Do soku dodaje się trochę dobrej jadalnej oliwy nicejskiej i łączy się to z niewielką ilością odżywczego kremu na lanolinie. Po dokładnym wymieszaniu aż do konsystencji półpłynnego kremu, smaruje się nim dobrze wymytą uprzednio twarz i szyję, celem odświeżenia i uspokojenia skóry, zmęczonej słońcem i wiatrem.

Inny przepis, którym się tam posługują, opiera się na soku z marchwi, który z młodych zeszkrobanych marchewek łatwo jest wycisnąć. Jeżeli marchew jest cokolwiek starsza, rzuca się ją na krótką chwilę do gotującej wody, aby ją trochę zmiękczyć i po osączeniu, wyciska się z niej sok. Stosuje się go w następujący sposób: Bierze się gazę złożoną w kilkoró i zanurza się ją w zimnej lotion tonique, w braku tejże, możemy ją zastąpić mieszaniną spirytusu i mleka. Tak przygotowany okład zwilża się obficie sokiem z marchwi i kładzie na czoło, nos, policzki i podbródek. W podobny sposób przygotowany okład

z soku pomidorów działa specjalnie tonizująco.

Osobom dbającym o białość skóry zaleca się stosowanie żółtka, rozbitego w równej proporcji z surowem zimnym mlekiem. Oczyściwszy uprzednio dokładnie twarz wodą i mydłem, wbija się w jej skórę wymieszoną mieszaniną brzuściami palców.

Ma to być dla skóry dobrze wchła-

pudełka. W odstępach kilkodniowych łyżeczkę tego proszku zwilża się wodą ciepłą rozrabia na gęstą papkę i nakłada na twarz. Ma ona własności wysoce łagodzące.

Dążność do korzystania ze środków roślinnych nie stanowi zresztą bynajmniej monopolu angielskiego. Już nasze prababki szeroko stosowały w dyskretniejszy gotowalni okłady z po-

WYTWORNA PANI  
JADA CZEKOLADKI

*Franboli*

MARSZAŁKOWSKA 113.

nianym środkiem odżywczym. Po tym zabiegu twarz zmywa się wodą ciepłą z dodatkiem paru kropel nalewki będzwinowej.

Ekstrakty roślinne, jak np. mirtu, o ile się zdaje, dodawane bywają w Anglii i do masek mułowych, których skład nie bywa ujawniony. Ich przeznaczeniem jest zapewnienie skórze białości, gładkości i jędrności. Maski te nie są zresztą nowością i na naszym gruncie.

W użyciu jest również wśród innych, i kwiat łubinu. Zerwane kwiaty suszy się na słońcu, wysuszane rozciera się na proszek i zsypuje się do

ziomek, ogórków, rumianku, kwiatu lipowego i t. p. Kosmetyka racjonalna nie gardzi ich śladem. Opierając się na solidniejszych niż one podstawach, instytucji nasze w swych płynach i kremach kosmetycznych również starają się wyzyskać dobroczynne działanie ziół i wogóle czynników roślinnych.

Szczególnie dużo uwagi i pracy poświęca się na tem polu t. zw. maskom ziołowym, których skład i działanie bywa nieraz owocem długich i skrupulatnych badań i obserwacji. Naogół rezultaty otrzymuje się b. dodatnie, nierzadko znacznie lepsze od masek ziołowych, sprowadzanych za drogie pieniądze z zagranicy.

Na zakończenie pozwolę sobie zwrócić uwagę Czytelniczkom, któreby chciały na sobie wypróbować wyżej podane recepty angielskie, aby przed ich stosowaniem, a już po umyciu twarzy zwłaszcza przy suchej skórze, powlekały ją cieniutką warstwą odżywczego kremu celem uniknięcia maceracji skóry; działania odnośnych przepisów w niczem to nie umniejszą, odwrotnie rezultat może być lepszy. Uwaga ta nie dotyczy, rzecz prosta i tak połączonego z kremem preparatu z sałaty i ogórków.

Magdalena Poznańska

Salon  
gorsetów, pasów i biustonoszy

systemem paryskim  
Fasony najnowsze, Robota wykwiłtna  
po cenach konkurencyjnych  
POLECA

„ALINA”

WARSZAWA

CHMIELNA 35 m. 28

I piętro wprost bramy.

Telefon 6-15-38



# DOKARMIANIE

Z cyklu: od niemowlęstwa do wieku dojrzałego

Dokarmianie staje się aktualne w drugiej połowie pierwszego roku życia, mówimy tu bowiem o odżywianiu niemowlęcia. Od szóstego miesiąca życia organizm małego człowieka zdradza nowe wymagania i nie chce się zadowolnić dotychczasowym jednostajnym jadłospisem, składającym się wyłącznie z mleka. Zresztą wymagania organizmu są najzupełniej słuszne, bowiem dziecku karmionemu wyłącznie mlekiem, grozi w przyszłości brak łaknienia, niedostateczny apetyt, nad czym biadać będą niepokieszone mamusie i babcie. Dokarmianie ma właśnie na celu wprowadzenie nowych składników pożywienia. Nie chodzi nam o zwykłe, ilościowe zwiększenie pokarmu, czy też zastąpienie mleka naturalnego mlekiem sztucznym, a właśnie — o urozmaicone menu, rzecz nad wyraz cenną, zresztą każdym wieku. Tym nowym produktem spożywczym, jaki przeznaczamy dla niemowlęcia, poczynając od 6 — 7-go miesiąca życia, są z jednej strony kasze, a z drugiej — jarzyny. Stanowią one będą 1 — 2 posiłki bezmleczne dziennie. W kaszach i jarzynach znajdzie niemowlę (oczywiście podświadomie) dostateczną ilość białka, soli mineralnych i witamin, na co w tym czasie odczuwa (również podświadomie) duże zapotrzebowanie. Specjalne znaczenie posiadają jarzyny, a to nie tylko ze względu na zawartość węglowodanów i białka, soli i witamin (te ostatnie zresztą znaj-

dziemy w dużej ilości w sokach owocowych i owocach). Uprzywilejowane miejsce zajmują jarzyny dzięki posiadaniu drzewnika albo t. zw. cellulozy. Ta ostatnia stanowi niezastąpiony bodziec mechaniczny dla przewodnika pokarmowego, wzmagając ruchy robaczkowe jelit. Bez wspomnianych ruchów robaczkowych jelit nie ma stolca, na który nieraz z utęsknieniem czeka całe otoczenie...

Właśnie jarzyny są tym błogosławionym środkiem, który przeciwdziała skłonnościom do zaparcia. Zaparcie stanowi częste zjawisko u niemowląt i dzieci, odżywianych jednostronnie ubogą jakościowo strawą.

Djeta urozmaicona jest zatem nie racjonalna i niemowlę takiej właśnie diety domagałoby się stanowczo i nawet zdobyłoby ją sobie, miało po temu możliwości... Niestety, nie tylko dla niemowlęcia, ale i dla dorosłego człowieka droga do produktów spożywczych niezawsze stoi otworem. Niezawsze kroczy drogą racjonalną, nieraz błądzimy i to nawet bardzo długo. Jedną z podstawowych przyczyn takiego błędzenia w życiu jest znane nam wszystkim zjawisko — przyzwyczajania się. Przyzwyczajamy się do błędnej drogi i w następstwie trzymamy się jej kurczowo. Otóż, gdy mowa o dziecku, zachodzi obawa, że i ono przyzwyczai się do monotony i mało urozmaiconych posiłków. Skutek będzie taki, że rozwinie się w dziecku brak łaknienia, bo apetyt u



dziecka jest znowu rzeczą taką, która w każdej chwili stoi w pogotowiu na pochłonięcie smakowitej strawy. O apetyt należy dbać i tu pomocne nam są jarzyny. Zresztą przekarmianie wyłącznie białkiem w postaci mleka i jaj lub tylko węglowodanami w postaci mączek — wywołuje wręcz szkodliwe następstwa. Kiedy zatem spotkać się możemy z niebezpiecznym u dziecka czynnikiem, a mianowicie — przyzwyczajeniem do monotonnej diety? O-tóż nastąpić ono może w 2-gim roku życia. W tym okresie dziecko stawia często opór, wzbraniając się przyjmować jarzyny. Dlatego też najlepiej jest podawać jarzyny tak wcześnie, jak tylko to jest możliwe, tj. od 6-tego miesiąca życia. Najłatwiej nam będzie wówczas przyzwyczaić naogół nieufnego obywatela do przyjmowania smakowo odrębnego pokarmu.

Wstępem do żywienia się kaszami i jarzynami są soki serowe i owocowe, które wprowadzamy wcześniej do jadłospisu niemowlęcia, jak o tem w poprzednim artykule wspominaliśmy. Niemowlę karmione jarzynami, uprzednio już było przyzwyczajone do jedzenia z łyżeczki. Postępujemy stopniowo, delikatnie, jak to z dzieckiem przystoi. Jarzyny również podajemy stopniowo. Na pierwszy ogień idą: kalafior, marchewka, szpinak. Następnie ukażą się kartofle, buraczki, groszek, sałata, mączki jarzynowe i owocowe. Przy podawaniu jarzyn obowiązuje ogólna reguła: urozmaicenie jadłospisu. Żadna z jarzyn nie korzysta z przywilejów, łuciekamy się do wszystkich kolejno z tą myślą, że organizm wybierze sobie najbardziej potrzebne składniki.

Jarzyny niemowlę spożywa 1 — 2 razy dziennie łącznie z kaszką na wodzie z masłem lub kaszką na rosole z mięsa. Muszą być one podawane w postaci papki dokładnie przetartej.



Prod. Soc. An. KEMOLITE, Paris

## Królowa farb do włosów odmładza świat

Farbuje włosy w 15 minut.

Nie płowieje na słońcu.

Wyrabiana w 18 naturalnych odcieniach.

Daje doskonałe wyniki przy wszystkich systemach trwałej ondulacji

Sprzedaż wyłącznie salonom fryzjerskim.

Jen. przedst. na Polskę i w. m. Gdańsk

D | H MICHAŁ ZYSFELD

Warszawa, Koszykowa 59 m. 5.

Telefon 8-57-55





## Wodolecznictwo

(hydroterapia)

W mowie potocznej pokutuje jeszcze ciągle błędna nazwa — synonim wodolecznictwa — „hydropatja”. Należy prawidłowo mówić „hydroterapia”, bowiem jak wynika z istoty rzeczy, mamy na myśli leczenie wodą. Ten sposób leczenia znany zresztą zdawien dawna, miał swoich zwolenników zarówno wśród lekarzy, jak i nielekarzy, a został uznany jako skuteczny w całym szeregu cierpień naskutek poczynionych obserwacji życiowych i klinicznych. Nazwiska takie, jak: Kneipp, Winternitz, Matthes, Strassburgier, Baumgarten i niezliczona liczba innych propagatorów leczenia wodą, uzasadniały w rozmaity sposób dobre skutki tego leczenia. Dziś wiemy, że należy rozróżnić w wodolecznictwie dwa rodzaje bodźców, mianowicie: ciepły i zimny. Badania naukowe doby ostatniej, przeprowadzane przez znanych fizjologów wykazują, na przykład, że zachodzi również różnica w bezpośrednim odczuwaniu bodźców i że skóra ludzka ma punkty, poprzez które doznajemy elektywnie albo uczucia zimna, albo gorąca i że liczba „punktów zimnych” jest znacznie większa, niż ciepłych. Dlatego też dla celów lecznictwa bodźcowego skłonni jesteśmy raczej wykorzystywać zimno, niż gorąco. Woda posiada wielką pojemność cieplną obok stosunkowo dużej zdolności przewodnictwa ciepła, wskutek czego jest w stanie znaczną ilość ciepła oddać skórze w czasie krótszym, niżby to miało uczynić naprzykład gorące powietrze.

W zasadzie pod pojęciem hydroterapii należy rozumieć stosowanie zimna.

W wodolecznictwie rozróżniamy kilka czynników leczniczych, które można byłoby podzielić na: mechaniczne, chemiczne, termiczne, przyczem te ostatnie występują na plan pierwszy.

Jeżeli idzie o czynnik mechaniczny, to jakoś bodźca zależna jest od tego, czy stosowana woda znajduje się w spokoju, czy porusza się (jak w rzece), czy też ma postać natrysku. Nawet przez natryski t. zw. Douche filiforme mogą powstawać na skórze pęcherzyki, jak po oparzeniu. Ustalono zostało, że czynnik mechaniczny i cieplny nie podlega sumowaniu i że raczej w

efektywnej grze i rezultacie zabiegu, dominującą rolę odgrywa różnica siły bodźcowej.

Co dotyczy bodźca chemicznego, to należy zauważyć, że ponieważ stosujemy w hydroterapii wodę zwykłą a nie aqua destillata, zachodzi możliwość pewnego rodzaju nadwrażliwości bodźcowej niektórych osobników w stosunku do znajdujących się w zwykłej wodzie substancji. Przez dodanie otrąb lub śluzowatych i im podobnych środków, można bodźce te osłabić. Dla lepszego wyjaśnienia działania zabiegu hydroterapeutycznego pod względem chemicznym, omówimy sprawę wysokości bodźców.

Jest rzeczą zupełnie zrozumiałą, że siła bodźca zależy od absolutnej temperatury wody. Im wyżej ku górze względnie niżej ku dołowi, jest temperatura wody w stosunku do punktu temperatury ciała, tem większa jest siła bodźca. Siła bodźca zależna jest również od wielkości drażnionej powierzchni, tj. od ilości utraconych punktów zimnych. Najlepiej unaczyć nam to zjawisko t. zw. próba Webera: Jeżeli zanurzymy wskaźnik lewej ręki do naczynia z zimną wodą, a równocześnie do innego naczynia zanurzymy całą prawą dłoń z równie utemperowana zimną wodą, to odczuwamy wodę w prawym naczyniu, jako zimniejszą.

Obok absolutnej temperatury wody i wielkości powierzchni poddawanej bodźcowi, należy uwzględnić wreszcie wrażliwość indywidualną leczonego organizmu. Ma również znaczenie temperatura skóry w momencie aplikowania wody. Dobrze ukrwiona i zwilgocona (wskutek potu) skóra jest doskonałym przewodnikiem ciepła, a bodziec termiczny wody w tym czasie silniej działa.

Jeżeli wstawisz z ciepłego łóżka zanurzymy się w kąpieli o 25 st. C., a potem przejdziemy do wody o 15 st. C., poczem wrócimy do pierwszej (25 stop. C.), to pierwszą wodę odczujemy jako zimną, a za drugim razem (po kąpieli 15 stop. C.), odczujemy jako ciepłą.

Przy oszacowaniu istoty bodźca, uwzględnimy temperaturę wody, wielkość powierzchni podlegającej bodźcowi, wrażliwość indywidualną osobnika z jednej strony, a z drugiej — właściwą temperaturę skóry. Z tego wynikają praktyczne wnioski, że zabiegi hydroterapeutyczne stosować można tylko u osób o dobrze ukrwionej skórze, zaś u osób anemicznych — jedynie po uprzednio przeprowadzo-

nych ćwiczeniach ruchowych lub po ogrzewaniu specjalnem, albo w przestrzeni ogrzanej.

Już swego czasu Kneipp podkreślał, iż ma znaczenie również czas trwania zabiegów. Cała procedura musi trwać krótko i ma być szybko wykonana. Im więcej niespodzianie i szybciej jest przeprowadzony zabieg, tem silniejsze jest działanie bodźcowe. Najwyraźniej występuje działanie hydroterapeutyczne na naczyniach krwionośnych skóry. Należy tu odróżnić krótki, silny bodziec od długotrwałego i niedostatecznie energicznego. W pierwszym przypadku mamy zwięźnięcie naczyń krwionośnych i bladeść skóry, po którym następuje rozszerzenie naczyń i zaczerwienienie skóry — mówimy o „przekrwieniu odczynowem”. To zaczerwienienie skóry, które jest celem postępowania leczniczego i winno być zawsze osiągnięte, daje w następstwie subiektywne przyjemne uczucie bladeści. Jeżeli bodziec zimny nie jest dostatecznie silny, to następuje bladeść skóry, po której skolei nie zjawia się oczekiwane zaczerwienienie skóry. Po długotrwałym działaniu zimna, przychodzi wprawdzie wtórne przekrwienie, ale w następstwie pozostaje zastój krwi, manifestujący się pod postacią sinicy, skóra ma wygląd marmurkowaty, plamisty, jak to czasem daje się spostrzegać u zziębniętych dzieci.

Stwierdzono, że wskutek obojętnej kąpieli 33 st. — 36 st. tętno nie ulega zmianie, natomiast po zimnej kąpieli częstotliwość jego spada, co wywołać można również przez przyłożenie worka z lodem na okolice serca. Na drodze odruchowej także można spowodować zwolnienie tętna w przypadkach jego nerwicowej częstotliwości, biorąc tym razem za punkt wyjścia okolice potylicową.

Parcie krwi (ciśnienie) taksamo podlega grze, zależnie od wahań obwodowych krwionośnych.

Wraz z początkiem zimnej kąpieli, gdy naczynia obwodowe ulegają skurczom, występuje pierwotne podniesienie ciśnienia krwi, po którym zależnie od czasu trwania i siły bodźca w okresie wspomnianego już przekrwienia odczynowego, zjawia się obniżenie ciśnienia krwi.

Jeżeli pacjent w czasie całego trwania postępowania hydroterapeutycznego i potem ziębnie i drży, a więc nie jesteśmy w stanie wywołać u niego przekrwienia odczynowego, to należy przypuszczać, że mamy stałe obniżenie ciśnienia krwi i że pacjent nie kwalif-



# KAPIEL IGLIWIOWA

Kapiele igliwiowa jest jedną z tych kąpielí leczniczych, które oprócz działania czysto powierzchniowego, działają poprzez skórę na organy wewnętrzne i w formie mifej a niejednokrotnie jedynie przystępnej leczą określonego rodzaju dolegliwości. Kapiele igliwiową przyrządza się z odwaru igliwia i pączków sosnowych.

*Pinus silvestris* — sosna, rosnąca na całym obszarze środkowo-europejskim, ma olbrzymie zastosowanie w przemyśle chemicznym, nie mówiąc już o szerokim zastosowaniu w przemyśle budowlanym i meblowym, ani o balsamicznym działaniu na płuca lasów sosnowych. Wydobywa się z sosny aromatyczne olejki, żywice, a z niej dopiero kalafonję, różne terpentyny, cały szereg związków terpenowych, mających zastosowanie w lecznictwie bądź jako takie, bądź jako punkt wyjściowy różnorodnych preparatów leczniczych. Igły zawierają pozątem garbnik, substancje ozonizujące, kwas mrówkowy itd., oraz, co jest bardzo ważne, witaminę C przeciw-skorbutową.

Kapiele z ekstraktem igliwia sosnowego wpływa wybitnie dodatnio przy wszelkich dolegliwościach reumatycznych, artretycznych, zapaleniach stawów, przy chorobach nerwowych i nerwobólach, dla wzmocnienia osób osłabionych, dzieci, przy krzywicy, oraz w wypadkach niektórych chorób skórnych. Kwas mrówkowy, żywica zawarta w igliwiu, olejek — pobudzają poprzez skórę krew do szybszej cyrkulacji, zwiększając tem samem ciepło ustroju, co jest ważne dla ar-

tretyków; olejek wzmacnia nerwy, garbnik działa ściągająco, łagodzi swędzenie, koi bóle.

Prof. F. Venulet w swych bada-

można uzupełnić przez kąpiele, nasycone wyciągiem z igieł sosnowych, w których właśnie witamina C znajduje się.

W zasadzie możliwym jest przyrządzenie sobie kąpeli takiej, posiłkując się igliwem świeżem: 2—3 kg. igli-

## Do wiadomości

**Szanownej Klienteli podajemy, że nasze preparaty kosmetyczno-lekarskie znajdują się w sprzedaży wyłącznie w oryginalnym opakowaniu. Doktora Lustra puder higieniczny dla cery tłustej i puder egzotyczny dla cery suchej i normalnej, jak również kremy oraz proszek marmurowy ze względów higienicznych nie były i nadal nie są sprzedawane na wagę.**

## „MIRACULUM”

D-RA LUSTRA PREPARATY  
LEKARSKO-KOSMETYCZNE

niach nad witaminą C w roślinach na stacji biologicznej w Hamburg-Eppendorf, wykazał, że igły sosny posiadają (z wyjątkiem jesieni) dużą zawartość witaminy C.

Całkowite pozbawienie organizmu tej witaminy, znajdującej się przeważnie w świeżych jarzynach, powoduje ciężką chorobę, zwaną skorbut albo gnilec.

Niemniej charakterystycznym objawem niedostatecznego zasilania organizmu w witaminę C jest złe samopoczucie oraz wzmożona nerwowość, szczególnie u dzieci, występująca najczęściej w zimie, kiedy brak jest świeżych jarzyn. Niedobór tej witaminy

wia należy wygotować, a otrzymany wywar, wystarczający na jedną wannę, użyć do kąpeli. Daleko dogodniej jednak i bardziej celowo jest stosować do kąpeli gotowy *naturalny ekstrakt z igliwia* (nie gałki), sprzedawany przez apteki i drogerje. Ekstrakt ten jest przyrządzony fachowo, odpowiednio zgęszczony, uzupełniony olejkami aromatycznymi, substancjami alkalicznymi itp.

Dla uzyskania trwałych wyników poprawy zdrowia w wypadkach chorób reumatycznych i nerwowych, trzeba przeprowadzić kurację kąpielową, zależnie od stanu zdrowia, od dziesięciu kąpeli wzwyż, ale i każda poszczególna kąpiel daje widoczne rezultaty. Temperatura kąpeli powinna być umiarkowana (około 35 — 40 st. C.), czas trwania kąpeli około pół godziny.

Oprócz własności leczniczych, kąpiel igliwiowa posiada również zalety kosmetyczne, ponieważ substancje alkaliczne, zawarte w pewnym procencie w ekstrakcie, działają odmładzająco na skórę przez zmiękczenie i szybkie złuszczenie zmartwiałego naskórka, jednocześnie garbnik skórę zjedrnia, nadaje jej pewną elastyczność. Kapiele taka koi nerwy i podnosi dobre samopoczucie, a przecieź dobre samopoczucie ujawnia się w promiennym wyrazie twarzy, dodaje oczom blasku i przejawia się w swobodzie ruchów.

Mgr. Danuta Gnatowska.

fikuje się do tego sposobu leczenia.

Zimne bodźce wpływają na oddychanie pod postacią przyspieszenia i pogłębienia ruchów oddechowych, początkowo na drodze odruchowej, później zaś jako skutek wzmożonych zjawisk oksydacyjnych. Równieź zabiegi hydroterapeutyczne powodują zwiększenie wydolności mięśni, dając uczucie ożywiającej, oświeżającej, wzmożonej chęci do życia i do pracy.

Na czem polega ogólne korzystne działanie tego sposobu postępowania w odniesieniu do układu nerwowego, trudno określić. Dotychczasowe badania naukowe wykazały, iż zmiany we krwi są nieznaczne, a zjawiska, rozgrywające się w zakresie narządów o wydzielaniu wewnętrznym i przemianie materji, nie dają dostatecznego

wyjaśnienia w tej sprawie, a przecieź po pierwotnym skurczu naczyń i niezbyt przyjemnem uczuciu zimna zjawia się uczucie przyjemnej rzeźkości, świeżości i zdrowia.

Zapoczątkowana przez Sebastjana Kneippa kuracja wodą zmierza do walki ze zniechęcałością, do hartowania organizmu przeciw szkodliwosciom świata zewnętrznego, przeciw truciznom, powstającym z wadliwej przemiany materji i dla unieszkodliwienia powstających we krwi i tkankach substancji chorobowych. Studnia z orzeźwiająją wodą, konewka, kilka metrów lnianego samodziálu — oto prymitywne instrumenty kuracji. Prostota zabiegu umożliwią przeprowadzenie leczenia nawet w warunkach materialnych najskromniejszych.





JÓZEF ROLICKI Inż.-Chem.,

## Piękno bez szminki

Zagranicą minął już bezpowrotnie okres, gdy wszelkie studia i próby nad udoskonaleniem metod odmładzania i konserwowania urody, odbywały się w Instytutach Kosmetycznych w tajemnicy. Próbami dążącymi do wynajdywania racjonalnych i dających coraz lepsze rezultaty środków oraz aparatury do zabiegów, zajmowało się jedynie grono wtajemniczonych zawodowych kosmetyczek.

Obecnie już i ludzie posiadający za sobą inne studia, zdawałoby się nie mające nic wspólnego z kosmetyką—interesują się żywo tym problemem i dochodzą nieraz do rewelacyjnych wyników w swych dociekaniach. Mam tu na myśli inżynierów-chemików, którzy poświęcają swój czas i zdolności kosmetyce.

Nie tak dawno w warszawskich Instytutach Kosmetycznych próbowano stosować tlen do zabiegów kosmetycznych, mających na celu odmłodzenie i uelastycznienie mięśni twarzy. Próby te przeprowadzono niedługo i niestety, nie mamy absolutnie żadnej relacji o tej metodzie, nie wypowiedziano się o rezultacie tych prób, o wpływie tlenu na tkankę i o powodach zaprzestania stosowania tego cennego w leczeniu środka, jakim jest tlen. Nie wiem, czy powodem tego był brak odpowiedniej aparatury, czy też brak widocznych wyników.

We Francji dłuższe badania nad działaniem tlenu na tkankę przeprowadził inż. Saulny, asystent znakomitego uczonego i badacza skroplonego powietrza, prof. Jerzego Claude. Metoda inż. Saulny polegała na zastosowaniu aparatu, przypominającego

przyrząd kąpielowy do natrysków i zasadzała się na silnym rzucie płynu (wody) na mięśnie twarzy celem pobudzenia skóry do szybszego działania. Rozumie się, że siła rzutu ściśle obliczona, stosownie do rezultatu, jaki inż. Saulny pragnął osiągnąć i do rodzaju i właściwości tkanki, na której dokonywał eksperymentu. Pod wpływem rzutu wody kontury twarzy twardnieją, partje zwiotczałych mięśni naprężają się i wzmacniają, naskórek obumarły ustępuje i wylaniają się świeże i żywotne warstwy skóry, co jest rezultatem działania zarówno siły rzutu, jak i mechanicznego tarcia wyrzuconej z natrysku wody. Najważniejsze, że pod wpływem tego zabiegu twarz pacjenta nabiera żywej różowej barwy, charakterystycznej u osób uprawiających sporty zimowe. Czas natrysku jest bardzo krótki i nie przekracza 5 minut. W drugim stadium zabiegu stosuje inż. Saulny czysty tlen, którego strumień kieruje na twarz pacjenta. Skóra przygotowana uprzednim natryskiem wody, asymiluje tlen niesłychanie szybko, krew zaczyna krążyć z kilkukrotnie zwiększoną szybkością, tkanki twarzy jakby uwypuklają się pod wpływem nasycenia tlenem.

Zarówno przy golikowaniu tlenu, jak i przy natryskach pacjent musi być w płaszczu z impregnowanego płótna i w czepku kąpielowym. Natrysk wody odbywa się przez gumową rurkę, zakończoną gęsto podziurkowaną nasadką, stosowaną obecnie i w Warszawie, w zakładach leczniczo - kąpielowych, w celach odłuszczenia tkanki i wzmocnienia mięśni. Kąpiele tego rodzaju są zalecane osobom niedokrwiłym, ze złą ogólną przemianą materji.

Tlen do zabiegu bierzemy ze stalowego cylindra w jakim sprzedają go fabryki produkujące tlen i wypuszczamy go, kierując na twarz pacjenta—przez gumową dość szeroką tubę. Po skończonym zabiegu rezultat jest zaraz widoczny: twarz pacjenta wygładza się i odmładza zadziwiająco.

Metodę swą nazwał inż. Saulny „Radio-Sculptem” z tych względów, że polega ona na zastosowaniu czynników radioaktywnych w wodzie, którą wyrzucony z natrysku na twarz (dodatek minimalnej ilości rozcień-

czonych soli jono-torowych lub radjatoru daje jeszcze lepsze rezultaty) radjator pod nazwą radjator „Degea” ma powszechne zastosowanie w niektórych preparatach kosmetycznych, jak: lotiony na włosy, lotiony toaletowe, kremy, pasty do zębów i kąpiele radjoaktywne. Szczegółowe dane o „Radzie w preparatach kosmetycznych” znajdują Sz. Czytelnicy w Nr. 2/3 „Kosmetyki Nowoczesnej” Metoda ta pozwala jakby rzeźbić twarz ludzką, usuwa bowiem zmarszczki i niweluje nieharmonijności lub zapadnięcia tkanki mięśniowej.

Dla ścisłości należy zaznaczyć, że w Ameryce stosuje się zabiegi tlenowe powszechnie. Aparatura amerykańska do tych zabiegów jest całkiem nieskomplikowana.

Wystarczy naczynie szklane, w rodzaju używanych do oquarii, naczynie napelnia się wodą, w otwór u spodu naczynia włączona jest rurka gumowa, przymocowana do wentyla cylindra z tlenem. Po odkreceniu kranu tlen przechodzi przez wodę i w postaci tysiąca małych kropelek osiada na twarzy pacjenta. Można również skombinować ten zabieg w ten sposób, aby jednocześnie robić natrysk z wody i tlenu. Aparat do tego celu będzie w postaci szafki, w której umieszczono tubę gumową w rodzaju głośnika. Zabieg jest niekosztowny, jedyny wydatek — to butla tlenu, której koszt wynosi kilkanaście złotych i która starczy na kilka miesięcy.

Po tego rodzaju zabiegach tlenowych twarz pacjenta nie wymaga maquillage'u, szminkę zastępują w tym wypadku naturalnie zaróżowione policzki.

krem  
mira - fleur

Tłusty, Suchy i Małowy

niedoścignionej dobroci

Lab. kosm.

W. KRUSZECKI

Warszawa, Leszno 52

tel. 11-44-40.

Sprzed. we wszystkich składach  
aptecznych i perfumerjach.



# Co nam mogą powiedzieć zmarszczki...



Chwilę rozpoczynającego starzenia się trudno oznaczyć. Przychodzi wcześniej lub później, a zależy to od wielu wielu... czynników. Faktem jest, że kobieta często kładzie się spać młoda a budzi się — stara. Utrata elastyczności tkanek postępuje bardzo powoli i zazwyczaj ujawnia się w wieku około lat 40-tu. Jeżeli jednak w grę wchodzi: choroby, wstrząsy psychiczne, lub nagłe schudnięcie, to ten zwiastun starości — „zmarszczki” — przyjść może daleko wcześniej.

Rysunek zmarszczek może nam bez słów powiedzieć bardzo dużo i pozwala zorientować się, jaki rodzaj życia prowadziła dana osoba, dać nam może obraz jej przeżyć, a nawet przebytych chorób i cierpień. Trzeba tylko umieć odczytywać tę skórną „stenografję”. Dowiemy się wtedy naprawdę, gdzie leży geneza powstawania zmarszczek i może łatwiej wtedy znajdziemy sposób walki z tym wrogiem kobiecych wdzięków.

Zmarszczki są mniej lub więcej głębokimi bruzdami i fałdami skóry które tworzą się z biegiem lat: naskutek często powtarzających się skurczów pewnych mięśni (zmarszczki mimiczne), zaniku mięśni i włókien elastycznych, (wywołanego stanem wewnętrznym organizmu i wreszcie złem odżywianiem skóry, oraz nadmiernym jej wysuszeniem przez nieumiejętną pielęgnację.

Skóra, którą w analogji porównać można do gumowej elastycznej materji, podlegając ciągłym podnietom ze strony mięśni, wreszcie wyczerpuje się i nie jest już zdolna po każdorazowym skurczu wygładzić się tak idealnie, jak dotąd. Dlatego w skórze ludzkiej powstają coraz to nowe zagłębienia — bruzdy. Zmarszczki występują zazwyczaj w najruchliwszych miejscach twarzy, a więc: około oczu, w pobliżu nosa, warg i na policzkach.

Najwięcej charakterystyczne są zmarszczki poprzeczne czoła. Powstają

one naskutek ciągłych ruchów mimicznych, u osób przeważnie młodych. Świadczą o usposobieniu żywym, nieco nieopanowanym i o pewnej wrodzonej ciekawości.

Zmarszczki pionowe czoła zjawiają się zazwyczaj po 40-tym roku życia u osób dużo pracujących umysłowo.

Przedwczesne zmarszczki łukowe lub krzyżowe czoła są następstwem cierpień fizycznych lub moralnych.

Tak zwane pospolicie „kurze łapki”, biegnące promienisto od zewnętrznych kątek oczu, są pierwszym zwiastunem starzenia się.

Zmarszczki poprzeczne nosa u osób w wieku lat około 30-tu, są dowodem nerwowego życia lub nerwowej pracy.

Fałdy nosowo-policzkowe, idące od skrzydełek nosa aż do kącików ust, są cechą dziedziczną i zjawiają się wcześniej u młodych osób, mających usposobienie pesymistyczne, zgryźliwe.

Zmarszczki i załamania skóry, bie-

gnące od policzków wdół brody, oraz drobniutkie zmarszczki na całej twarzy, przypominające rysunkiem szachownicę, są objawem zbliżającej się starości — uwiadu, a osób młodszych poprostu świadczą o nadmiernej suchości skóry, wywołanej nieumiejętną pielęgnacją.

Zmarszczki i fałdy powiek, nadające oczom wyraz znużenia, są często objawem nadużyć płciowych lub dowodzą o niedomaganiach narządów płcioworodnych.

I takich przykładów możnaby dać całe mnóstwo, studując niemią wymowę zmarszczek, które na twarzach naszych kładą piękno starości. A przecież starzeć się nie chcemy! Jak więc zapobiegać powstaniu zmarszczek, względnie usuwać już istniejące — po mówimy w następnym numerze.

*Helena Brzezińska*

*Kierowniczka Działu Kosmetycznego w Instytucie Kosmet.-Lekarskim*

*I Z I S.*

**SUKNIE  
i PŁASZCZE**

*Olinette*

**WARSZAWA**

**ALBERTA 14**

dawniej NIECAŁA

front 1-sze piętro

TELEFON 6.41-50.



# SERVICE DES INSTITUTS DE BEAUTÉ

## «RAVIS»

PARIS - VARSOVIE

Warszawa, Długa Nr. 26, tel. 11-25-03

### KREMY DZIENNE

DERMINE  
OLYMPIQUE  
AU LAIT  
MATTE

### KREMY ODŻYWCZE NA NOC

NUTRITIVE  
RECONSTITUANTE  
RECETTE ANCIENNE  
ANTIRIDE SOUS LES YEUX

### PUDRY

RÓŻE W PROSZKU  
RÓŻE W PAŚCIE  
PASTY DO POWIEK  
W 18 KOLORACH

oraz: GOLD CREMY, MLECZKA, TONIC'Y, MYDŁA LECZNICZE i t. p.

**DLA PAŃ KOSMETYCZEK** wszystkie preparaty są do nabycia na wagę (en vrac).

Żądać we wszystkich perfumerjach i drogerjach.

P. S. na wszystkie fachowe zapytania odpowiadać będzie p. prof. CELINA SANDLER, Warszawa, Plac 3-ch Krzyży 11, m. 4  
„Kursy Kosmetyczne”

# Wódka jako jeden z najstarszych domowych środków kosmetycznych

Do szeregu najważniejszych materiałów stosowanych w kosmetyce należy alkohol, jako rozpuszczalnik, dużej ilości składników wchodzących w skład preparatów kosmetycznych. Alkohol jako środek kosmetyczny sam przez się w słabym rozcieńczeniu działa na naskórek zabezpieczając go przed wpływem zimna, zaś w rozcieńczeniu mocnym może wywołać uczucie pieczenia i bólu, a nawet egzematyczną skórę. Zastosowanie alkoholu w postaci wódki francuskiej lub wody kolońskiej do wycierania i oczyszczania skóry, jest ugruntowane na doświadczeniach wielu stuleci, z których to doświadczeń wynika, że wódka działa na skórę wzmacniająco, wywołując żywszy obieg krwi (wg. prof. Paschkisa). W celach kosmetycznych używamy wyłącznie alkoholu rozcieńczonego ze względu na to, że alkohol nie rozcieńczony odbiera skórze wilgoć, czyniąc ją szorstką i suchą. Do celów kosmetycznych rozcieńczamy alkohol przeciętnie 30 — 40 proc., w wyższych koncentracjach może być zastosowany jedynie do cery tłustej, jako rozpuszczalnik tłuszczu, który usuwa zmieszany z tłuszczem zniszczony naskórek i brud. W postaci rozcieńczonej 15 — 20 proc. przez dodanie środków dobroczynnie działających na skórę (natłuszczających, zmiękczających), alkohol staje się środkiem

wzmacniającym i hartującym naskórek, mięśnie twarzy i całego ciała. Liczni autorzy zalecają alkohol jako wysmienity środek kosmetyczny zarówno dla wieku dziecięcego, dojrzalego, jak i dla osób starszych, gdyż jest on czynnikiem wzmacniającym tkanki i obwisłe mięśnie policzków.

Jeden ze znanych autorów Dr. Arnold Lorand z Karlsbadu zaleca stosowanie dla osób starszych jako środka nieskomplikowanego, domowego — alkoholu w połączeniu z zimną wodą do codziennych porannych wcierań w mięśnie twarzy, później zaś wytarcie twarzy miękkim ręcznikiem. Jeszcze lepiej, twierdzi autor, działa wcieranie wody kolońskiej, spreparowanej na prawdziwych olejkach i roślinach. Osobom mającym skórę suchą, zaleca autor raz dziennie smarowanie twarzy kremem przetłuszczonym, po pewnym zaś czasie zmycie twarzy miękkim ręcznikiem nasyconym wodą kolońską. Już wspomniałem, alkohol rozcieńczony jest jednym z najstarszych środków kosmetycznych i sporządzano na nim setki domowych kosmetycznych środków, a również i tych, które preparowane były przez wstajemniczonych alchemików i aptekarzy, którzy w dawnych czasach zajmowali się wyłącznie sporządzaniem preparatów kosmetycznych posiadających fantastyczne nazwy. Preparaty te, sporządzone

przeważnie na alkoholu zwane były w owych czasach „wodą życia” (Aqua vitae). Olbrzymie rozpowszechnienie używania alkoholu do celów kosmetycznych zawdzięczamy Janowi Marji Farinie, urodzonemu we Włoszech, w miejscowości Santa Maria Maggiore, który przywędrowawszy w roku 1709 do Kolonji nad Renem, założył pierwszą na świecie fabrykę wód upiększających, które nazwano wodami kolońskimi. W krótkim czasie w ślad za J. M. Fariną przewędrowało do kolonji kilkunastu jego krewnych, którzy zakładali coraz to nowe fabryki wody kolońskiej. O powodzeniu, jakim cieszyły się fabrykowane przez Farinę wody kolońskie, może świadczyć fakt, że w roku 1874 było już w samej Kolonji 35 takich fabryk. Liczni naśladowcy, zazdroszcząc J. M. Farinie powodzenia, poczęli podrabiać jego wody i fabrykować je pod najrozmaitszymi nazwami, jak: „Eau de Bologné”, „Aqua di Felsina”, „Eau de Missisipi” (wyrobu amerykańskiego). Początkowo liczni fabrykanci wód kolońskich zalecali je publiczności jako tzw. „esencję życia” i jako uniwersalny środek leczniczy nie tylko kosmetyczny, lecz ogólny. Sława tych wód przetrwała wieki i wszystkie pokolenia kobiet i mężczyzn stosowały wodę kolońską w sposób zalecany przez wynalazcę do wycierania przy pomocy chusteczki lub ręcznika w



mięśnie twarzy i całego ciała, jak również do zmywania skóry. Przeważnie wodą kolońską nacierano ciało przed udaniem się na spoczynek, gdyż wiadomo, że jest ona środkiem wzmacniającym. Jako środek kosmetyczny i dodatek do zwykłej wody (często bardzo zimnej), służyła woda kolońska do odświeżania ciała i nadawania mu przyjemnego, orzeźwiającego zapachu. Ze względu na dodatek do ówczesnych wód kolońskich soku z wyciskanych skórek cytryny i pomarańczy, nastawianych na alkohol, wody kolońskie cieszyły się sławą środków lekko wybielających i usuwających opaleniznę. Wówczas to rozpoczęto w Północnej Francji, w mieście Grosse fabrykować na wielką skalę olejki pod nazwą „Essence de Eau de Cologne”. Esencje te rozpuszczone w ilości 50 gr. w 3 litrach rozcieńzonego alkoholu (wódki) dawały pachnącą i doskonałą „Eau de Cologne”. Wody kolońskie w owych czasach używane były powszechnie, a nawet pisma ówczesne podawały swoim czytelnikom przepisy łatwego preparowania wód kolońskich. W jednym z takich przepisów z roku 1840 czytamy:

„Do 2 funtów możliwie 85 proc. alkoholu wlewamy 15 kropli olejku rozmarynowego, 15 kropli ol. cedrowego, 15 kropli olejku Neroli (z kwiatu pomarańczowego), 30 kropli olejku bergamotowego i 5 kropli olejku Cardamomowego. Wstrząsamy fiolką często, odstawiamy na parę dni, dodajemy wody przegotowanej i otrzymujemy wodę kolońską.”

Od czasów J. M. Fariny poczęto stosować alkohol do ówczesnych preparatów kosmetycznych i laboratorjów kosmetycznych powstawało coraz więcej. Paryski „Journal des Luxus” z maja 1813 roku donosi, że niejaki Cosserson spreparował na podstawie z wódki i rozpuszczonych w niej pachnących żywic drzew ojentalnych „eau balsamique”, którą, jak czytamy w tym piśmie — „nasze piękne” płóczę sobie zarówno usta, jak i nacierają twarz i ciało. W tym czasie zaczęto dodawać do wód kolońskich wanilii jako środka „uspokajającego nerwy dam”. Posypały się jak z rogu obfitości coraz to nowe środki kosmetyczne, sporządzane na podstawie z wody kolońskiej. Z tych, które przetrwały długie lata, wymienię: „Eau Bayerderes”, „Eau des Odealisques”, „Eau de Charmes”, „Eau de la fontaine de jeunesse” i inne o niemniej fantastycznych nazwach, jakie zresztą i dzisiaj pomysłowi wytwórcy nadają swym preparatom upiększającym. W

owych czasach, mniej więcej w roku 1828 laboratorja kosmetyczne cieszyły się poparciem dworów, a wielu wytwórców było dostawcami głów koronowanych i posiadało przywileje królewskie, gwarantujące wyłączność fabrykacji jakiegoś specjalnego preparatu. W ogłoszeniach z tamtych czasów czytano, że J. K. Mość udzielił takiemu a takiemu wytwórcy przywileju na fabrykację „Mücheńskiej pięknie pachnącej wody do pielęgnowania twarzy”. Ukazywały się również liczne ogłoszenia, zalecające wody, posiadające nieco odmienny zapach od zapachu wód kolońskich. W roku 1828 widzimy już w ogłoszeniach całą litanję nazw wyrobów kosmetycznych na alkoholu, a więc: „Eau de Portugal”, „Eau de Flore”, „Eau de Mousseline”, „Eau de 1000 Fleurs” „Eau de Bouquet”, „Eau de Rose” „Eau de Lavande”, „La Reine de Hongrie” i setki innych. Nie zapomniano w owych czasach i o mężczyznach, dla których w roku 1838 pewien pomysłowy wytwórca (Guette z Norymbergji) spreparował esencję piękności nazwaną imieniem poety angielskiego Byrona „Byron-Water” i reklamował ją jako sporządzoną według przepisu otrzymanego od samego Byrona.

Dzisiaj zastosowanie alkoholu do preparatów kosmetycznych jest jeszcze większe, w związku ze spopularyzowaniem się kosmetyki wśród najszerszych mas społeczeństwa. Można stwierdzić bez przesady, że nie istnieje ani jedna „Eau de Beauté”, do której nie wchodziłby pewien procent tego cennego środka, jakim jest rozcieńczony alkohol. Nawet do kremów



dodaje się obecnie alkohol w różnych postaciach.

Na zakończenie zwrócę jeszcze uwagę na tak niezbędny w każdej apteczce domowej ocet toaletowy aromatyczny, zawierający niezawodny składnik alkoholu i octu spirytusowego. Podam tu przepis na ocet toaletowy aromatyczny, który powinien się znajdować na toalecie każdej pani domu, a którego spreparowanie nie wymaga ani wielkiego zachodu, ani też nie jest kosztowne. Przepis ten jest następujący:

Kwiatu lawendy	20 gr.
Mięty pieprzowej	20 „
Kwiatu rozmarynu	20 „
Liści szalwji	20 „
Godzików, Korzenia dzięglu i Imbiru po	5 „
Wódki czystej wyborowej	400 „
Kwasu octowego rozcień. 30%	200 „
Wody destylowanej	300 „

Temat ten będziemy rozwijać szerzej, podając w dalszych numerach pod tym samym tytułem cenne przepisy do pielęgnowania urody, jak również przep. na środki higieniczne, niezbędne w każdym kulturalnym domu.

## Jesteśmy mało eleganckie...

gdyż nie posiadamy inicjatywy, aby sięgnąć po telefon i zadzwonić pod Nr. 617-48 do Firmy „HENREY”, Nowy Świat 62 m. 1. Firma ta na spóś zagraniczny na każde telefoniczne żądanie wysyła pracownika swego p. Franciszka, byłego wieloletniego kierownika pracowni futer „Tytus Kowalski i S-ka” w Warszawie, który na miejscu, w mieszkaniu klienta załatwia wszystkie sprawy związane z przerobie-

niem lub wykonaniem nowej kreacji w/g najnowszych zagranicznych żurnali. Firma „Henrey” do borem najwspanialszych modeli i fasonów, jak również wykwiintnem wykonaniem i punktualnością oraz umiarkowaną ceną potrafi zadowolnić najwybredniejsze nawet wymagania. Każda Pani, dotychczas mniej modna — odzyska sylwetkę szykowną i prezentującą się par excellence!

M. K.



# Lotiony stosowane po goleniu

Lotiony po goleniu, znane jako „esencje do golenia”, mają na celu usuwanie przykrego podrażnienia, zaczerwienienia, ściągania i pieczenia naskórka. Ze względu na to, że obecnie do gabinetów kosmetycznych uczęszczają również panowie, przepisy na takie sencje powinny PP. Kosmetyczki zainteresować, gdyż esencje te należą do szeregu artykułów kosmetycznych sprzedawanych w gabinetach.

Wiadomo, że niektórzy mężczyźni, a przede wszystkim bruneci, ze względu na kolor zarostu zmuszeni są golić się codziennie. Najostrzejsza brzytwa, najlepsze mydło, przy tak częstym goleniu nie inoże zapobiec wszelkim podrażnieniom. Często widzimy u panów posiadających skórę suchą, a nawet normalną — opierznięcią (skóra jest jakby opierzona, czerwone plamy, wypryski) po każdym goleniu. Szczególnie na podrażnienia narażone jest podgardle, na którym wypryskują liczne bolesne, nieznikające często przez kilka dni, — krosteczki. Rozumie się, że nie wyleczona skóra, ogolona ponownie, coraz bardziej się podrażnia.

Lotiony oprócz działania łagodzącego i odwieżającego naskórek, mają jeszcze bardzo wybitne działanie dezynfekujące i gojące. Są one niezbędne dla panów, którzy nie golią się sami, lecz uskuteczniają tę czynność w zakładach fryzjerskich. Wiemy przecież, że nawet przy najskrupulatniejszym przestrzeganiu higieny — golenie w zakładach fryzjerskich jest dość nieprzyjemne, gdyż zachodzi zawsze obawa zarażenia jakąś chorobą grzybkową skóry. Pozatem zakłady fryzjerskie używają dla wszystkich klientów jednych i tych samych utensylii, jak: pędzel, miseczka, puszek do pudru i t. p., co bezwarunkowo nie jest higieniczne. Mówimy tu w tej chwili o zakładach pierwszorzednych, nie biorąc już pod uwagę zakładów trzeciorzędnych, w których jedną i tą samą serwetką obciera się twarz kilku gości.

Otóż dla panów, którzy golią się sami, jak i dla tych, którzy czynią to w zakładach fryzjerskich, posiadanie flakonów esencji po goleniu jest rękojmią, że golenie nie będzie ani niebezpieczne, ani też przykre, że skóra na twarzy po goleniu będzie wyglądała normalnie, świeżo i zdrowo.

Tego rodzaju lotiony możemy preparować w postaci przezroczystych płynów i w postaci mleczek. Ze składu tych płynów zorientują się PP.

Kosmetyczki, jakie płyny należy polecać osobom posiadającym skórę suchą i jakie tym, które posiadają skórę tłustą. Lotion stosuje się zaraz po goleniu, po uprzednim zmyciu twarzy wodą. Sposób użycia jest następujący: Bierzemy kawałek waty, zwilżamy go w lotionie, następnie wycieramy lekko twarz, a po wyschnięciu lotionu pudrujemy.

Lotiony przeznaczone do stosowania po goleniu, są skomponowane w dość skomplikowany sposób, aby działanie ich było wszechstronne, t.j. dezynfekujące, odświeżające, łagodzące, gojące i lekko matujące. Oczywiście stosowanie do tego celu t. zw. kamieni alunowych, nie daje rezultatu, bowiem działaniem tych kamieni ogranicza się jedynie do tamowania krwi przy lekkich okaleczeniach. Kamienie alunowe posiadają również lekkie działanie dezynfekcyjne, lecz niestety, nie zapobiegają podrażnieniom, pieczeniu i ściąganiu skóry, przeciwnie nawet, alun jako środek ściągający, wywołuje jeszcze większe napięcie skóry, połączone z bolesnym szczypaniem, które występuje ze wzmoczoną siłą, gdy się nawet wyciera twarz bardzo miękkim ręcznikiem.

„Esencje po goleniu” mają i tę zaletę, że są niedrogie, to też powinny stać się dla panów dosłownie artykułem pierwszej potrzeby. Jesteśmy pewni, że klienci gabinetów kosmetycznych będą PP. Kosmetyczkom wdzięczni za ten niezbędny preparat higieniczny.

### Przepis I.

Wody destylowanej	212 gr.
Alkoholu trojetylenowego	1 „
Alkoholu etylowego	11 „
Kwasu borowego (bornego)	2,5 „
Gumy tragakantowej	2,5 „
Olejku zapachowego	2 „
Mentolu	0,2 „

**Sposób wykonania:** Gumę tragakantową (Gummi Tragacanthi) i kwas borowy rozcieramy starannie w moździerzu z alkoholem, poczem dodajemy mentol (rozpuszczony w odrobinie alkoholu) zapach (również zmieszany z odrobiną alkoholu) i na koniec glikol. Mieszamy to wszystko, odstawiamy na parę godzin i cedzimy przez watę.

### Przepis II.

Lanoliny bezwodnej	25 gr.
Tłuszczu kokosowego	12,5 „
Boraksu w proszku	4 „
Mydła leczniczego w proszku	12,5 „

Wody destylowanej	40 „
Wody różanej	200 „
Wody z kwiatu pomarańczowego	200 „

Olejku miętowego	1 „
Olejku bergamotowego	20 kropel.

**Sposób wykonania:** Lanolinę, masło kokosowe (Oleum Cociois) i mydło lecznicze w proszku — rozpuszczamy na łaźni wodnej, po rozpuszczeniu dodajemy boraks rozpuszczony na gorąco w wodzie i mieszamy w moździerzu lub rondelku aż do zemułgowania tłuszczy, następnie dodajemy stopniowo resztę wody i olejki. Lotion według tego przepisu ma wygląd mlecza.

### Przepis III.

Wody destylowanej	300 gr.
Alkoholu 96 proc.	125 „
Soku z cytryn (świeżych)	50 „
Spirytusu lawendowego	25 „
Spirytusu kamforowego 10%	12,5 „
Gliceryny chemicznie czystej	12,5 „
Boraksu chemicznie czystego	6,5 „

**Sposób wykonania:** Mieszamy alkohol, spirytus lawendowy, glicerynę i spirytus kamforowy. Mieszaninę odstawiamy na trzy dni, poczem cedzimy przez większy kawałek waty. Boraks rozpuszczamy na gorąco w wodzie destylowanej i dodajemy zimny do przecedzonego płynu. Na samym końcu dodajemy sok cytrynowy i jeszcze raz przecedzamy przez watę. Można dodać do płynu dla wzmocnienia zapachu — jeszcze kilka kropel olejku lawendowego, a nawet kilka propel (3—4) zapachu ambry.

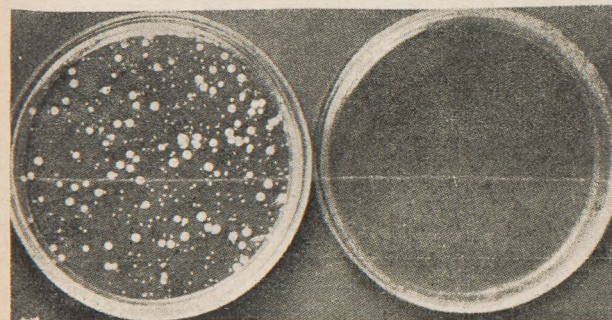
Inż. Emil Andrzejewski.



Agar-Agar, zwany chińską żelatyną (karuk, kleik rybi, japoński Agar) stosowano dawniej bardzo rzadko do wytwarzania galaretek glicerynowych (żele). Od pewnego czasu zaczęto stosować Agar-Agar jako dodatek do kremów beztłuszczowych z alabastrowym połyskiem, przekonano się bowiem, że dodatek Agar-Agar do kremu beztłuszczowego, daje oprócz pięknego połysku jeszcze i trwałość przeciętnie 8—10 razy większą, niż jeżeli chodzi o kremy z dodatkiem zwykłej żelatyny.

Do preparowania kremów beztłuszczowych dodatek Agar-Agar nie przewyższa 5—10 gramów na kilogram kremu, sporządzonego na stearynie chemicznie czystej. Alabastrowy połysk tego rodzaju kremów otrzymujemy przy zmydleniu stearyny za pomocą węgla potażu lub węgla sodu, przyczem gotowy krem po ostygnięciu trzeba agitować przez pewien czas w moździerzu albo w specjalnej maszynie do agitowania kremów. W ten sposób ze zmydłonej stearyny i Agar-Agar otrzymujemy piękny i trwały krem matujący, który nie daje absolutnie tłustego połysku, natomiast posiada połysk perłowej macicy.

Do kremów matowych sporządzanych z stearyny i Agar-Agar możemy dodawać inne składniki, posiadające własności ochraniające, natłuszczające,



# Kremy kosmetyczne preparowane z Agar - Agar

względnie zmiękczenia naskórka. Składnikami takimi, które niemal wszyscy znają, są: wosk biały japoński, posiadający własności ochronne dla skóry, dzięki częściowemu nieprzenikaniu, a rozkładaniu się cienką warstwą na naskórku; lanolina bezwodna, odbarwiona, posiadająca własności odżywcze dla skóry i gliceryna zmiękczająca i nadająca skórze jedwabistość.

Przepisy na kremy matowe z Agar-Agar, są nietrudne do wykonania, jedynie rozpuszczenie rybiego kleju wymaga trochę zachodu ze względu na jego trudną i powolną rozpuszczalność.

Uskutecznia się to w sposób następujący: Agar-Agar tniemy na drobne kawałeczki i zalewamy na 1—2 dni zimną wodą w jakimś naczyniu. Po tym czasie gotujemy go albo na kąpieli wodnej, albo też na ogniu w naczyniu emaljowanym postawionem na płytce azbestowej. Gotować należy aż do rozpuszczenia. Po dokładnym rozpuszczeniu Agar-Agar, przy ciągłym mieszaniu, aby nie przypalić, wyciskamy otrzymany kleik przez gazę lub płócienko i dodajemy do kremu.

**Przepis jest następujący:** I. na krem matowy dla cery normalnej i tłustej, II. dla cery suchej i wrażliwej.

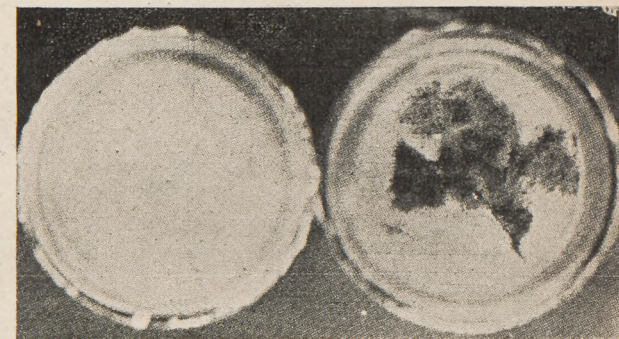
Agar-Agar	1 gr.
rozpuszczamy w 200 gr. wody i następnie narzeczamy na ogniu w sposób urzędnie opisany aż do zagotowania.	
Stearyny chemicznie czystej	30 gr.
rozpuszczamy i dodajemy do niej	
Alkoholu 96%	5 gr.
i emulgujemy roztworem	
Kalium carbonic (węgiel potażu)	3 gr.
w wodzie destylowanej gorącej 220 gr.	
do której dodajemy	
Gliceryny 28 Bé	34 gr.

Roztwór potażu w wodzie z gliceryną dodajemy małymi porcjami do rozpuszczonej stearyny, stale mieszając. Naczynie do zmydlenia stearyny musi być duże, gdyż krem podczas procesu zmydlenia podwaja prawie swą objętość. Po dokładnym procesie zmydlenia dodajemy roztwór Agar-Agar w wodzie, przyczem należy zwrócić uwagę na to, aby obydwie części kremu miały najmniej 80 st. C. Mieszamy to wszystko dokładnie jeszcze pewien czas na małym ogniu, zdejmujemy i mieszamy energicznie aż do ostudzenia. Gotowy krem można jeszcze przetrzeć przez gazę jedwabną szwajcarską, jakiej się używa do przecierania pudrów.

Środkiem konserwującym ten krem jest Nipagina, którą rozpuszczamy uprzednio w kleiku zrobionym z Agar-Agar. Następnie perfumujemy gotowy już, zupełnie ostudzony krem, przyczem musimy uważać na odpowiedni dobór środka zapachowego. Tak, jak do wszystkich kremów sporządzanych ze stearyny i potażu, musimy dobrać olejek zapachowy, wytrzymały na działanie alkali. Do tego rodzaju kompozycji zapachowych należą: Chypre, Fougere, Bouquet, Oriental i inne.

Do podanej ilości kremu bierzemy przeciętnie zapachu 4 — 6 gramów. Z opakowaniem kremów sporządzonych przy pomocy emulgatorów chemicznych (węgiel potażu, sodu, dwuwęgiel sodu) należy być ostrożnym i nakładać krem w słoiki szklane z pokrywką szklaną, przylegającą szczelnie, żeby zapobiec wysychaniu, lub też do słoików z pokrywką metalową (najlepiej aluminiową) ewentualnie z blachy żelaznej, dobrze ochronionej od zetknięcia się z kremem podwójnym per-gaminem.

(d. c. n.)



Na lewo (ku środkowi): Krem zakonserwowany mieszanka z 0,1 proc. Nipaginy plus 0,05 proc. Nipazol — Obok: Krem niekonserwowany, widoczne zmiany wywołane przez bakterie. Na prawo (ku środkowi): Zakonserwowane Żele żelatynowo-tragacantowe w słoiku po 3 miesięcznym przechowywaniu w jaknajlepszym stanie. Obok: To samo żele niekonserwowane, większa część wypłynęła, na wierzchu kożuch pleśni, przykry zapach silnie zabarwienie.



## Otyłość — najgroźniejszy wróg zdrowia i urody

Artykuł dr. Fryd. Lańskiego, zamieszczony w Nr. 21 „Kosmetyki Nowoczesnej” zawiera bardzo ciekawe spostrzeżenia i trafną definicję istoty otyłości. Autor na podstawie spostrzeżeń określił otyłość jako zaburzenie w odżywianiu ustroju, wynikające z nadmiernego gromadzenia się tłuszczu w organizmie. Tłuszcz, przenikając do wszystkich tkanek, wywołuje zwyrodnienie tychże i bardzo ciężkie zaburzenia czynnościowe. Skłonność do nadmiernego tycia powstaje nie tylko wskutek zbyt obfitego i forsownego odżywiania się, lecz przede wszystkim wskutek złego trawienia i związanej z tem złej przemiany materji. A zatem, jeżeli organizm nie spala całego paliwa — pożywienia, to zaoszczędzony materiał odkłada się w postaci tkanki tłuszczowej. Tłuszcz, stanowiący rezerwę odżywczą, nie jest sam przez się chorobą, jednak nadmiar tłuszczu wywołuje deformację kształtów i zwyrodnienie ustroju. Tłuszcz również wpływa niszczyliście na skórę i mięśnie całego ciała, a zatem i mięśnie twarzy, co z punktu widzenia kosmetyki jest rzeczą niepożądaną. Daje się łatwo zauważyć, że przy upośledzonym krwiobiegu (ściśle związanym ze złą przemianą materji), skóra twarzy u ludzi otyłych jest blade, rzadka, mało elastyczna, z rozszerzonymi porami, a mięśnie, na których skóra powinna być naciągnięta — tworzą fałdy i obwisają. Z całym organizmem jest jeszcze gorzej, bo nadmiar tkanki tłuszczowej obrasta i uciska żołądek, kiszki, serce, płuca i prawie wszystkie organy wewnętrzne. Oczywiście efekt jest taki, że powstają zaburzenia w czynności tych organów.

Dlatego też osoby zagrożone otyłością powinny zawnazsu przedsięwziąć kroki, celem zapobieżenia odtłuszczeniu organizmu i zastanowić się nad tem, kiedy właściwie rozpoczyna się stan, zwany pospolicie otyłością.

Istnieje kilka sposobów zwalczania otyłości. Pierwszym jest djeta, której skuteczność uzależniona jest od ścisłości. Sposób ten jednak jest dość uciążliwy i po pewnym czasie dla niektórych osób staje się istną męką. Poza tem istnieją takie wypadki że pani, pragnąca pozbyć się otyłości, przez cały dzień stosuje djeta, jednak wieczorem, znalazłszy się w cukierni, zja-

da kilka ciastek, popijając je chociażby dwiema szklankami kawy lub czekolady. Oczywiście tego rodzaju djeta nie osiąga nigdy rezultatu.

Inne zalecane sposoby, jak masaże ogólny, ćwiczenia fizyczne, kąpiele parafinowe, elektroterapia — wymagają dużo czasu i są zbyt kosztowne. Poza tem wiemy z doświadczenia, że po tego rodzaju zabiegach apetyt wzmagają się nadzwyczajnie.

Trzecim sposobem, najłatwiejszym i najmniej zawodnym są środki wewnętrzne: w postaci leków, których istnieje mnóstwo. Niestety, ilość środków naprawdę skutecznych jest bardzo ograniczona. Praktyka wykazała, że większość reklamowanych środków nie daje albo wcale wyników, albo też wyniki minimalne. Środki w postaci wód mineralnych dają rezultaty bardzo krótkotrwałe, nieznaczny spadek wagi przemija szybko i poprzedni stan zaczyna wracać na nowo. Dlatego też najracjonalniejszym środkiem będzie w tym wypadku taki, którego używamy codziennie i który prowadzi do usunięcia w ciągu paru miesięcy kilku miesięcznie) i pozwoli tkankom wrócić stopniowo do pierwotnego stanu. Takie powolne odtłuszczanie organizmu zapobiega tworzeniu się opadnięć i wklęśnięć, a poza tem zmarszczek na twarzy, co jest sprawą pierwszorzędnej wagi, szczególnie u pań zarówno młodych jak i tych, które trzydziestkę już przekroczyły. Kuracja taka daje wyniki trwalsze i nie powoduje żadnych powikłań. Może ona być stosowana w dwóch kierunkach: usuwa

istniejącą otyłość i jednocześnie zapobiega otyłości.

Podając krytyce wymienione sposoby usuwania otyłości, musimy zastanowić się nad tem, czy istnieje środek, któryby działał tak idealnie, jak tego wymaga sprawa ostrożnego usuwania otyłości. Na liczne zapytania naszych Sz. Czytelniczek polecaliśmy dotąd zawsze preparat Kolloidinę (wyrób francuski) z pobudek następujących:

Kolloidina jest lekiem skutecznym, a przytem zupełnie nieszkodliwym, — stanowiącym połączenie jodu z białkiem roślinnym, a swoją niekwestjonowaną przez nikogo skuteczność zawdzięcza temu, że jest przetworem koloidalnym (stąd nazwa) i posiada wszystkie właściwości ciał koloidalnych.

Zgodnie ze spostrzeżeniami poczynionymi przez uczonego francuskiego, Armanda Gautier, działanie jodu może być tylko wtedy skuteczne, jeżeli znajduje się on w stanie takim, w jakim spotykamy go w warunkach normalnych w tkance i płynie organizmu. Otóż w Kolloidynie jod jest tak spreparowany, że jego przenikliwość do organizmu i żywotność pozwala na całkowite absorbowanie. Kolloidina posiada jeszcze kilka zalet: działa bardzo łagodnie, nie powoduje żadnych zaburzeń i nie wywołuje metalicznego smaku jodu, jaki towarzyszy innym preparatom, zawierającym jod. Jod w Kolloidynie działa w ten sposób, że rozpuszcza w chwili wydzielania wszystkie komórki tłuszczowe nie tylko tkanki podskórnej, ale i te, które pancerzem tłuszczu pokrywają serce, wątrobę, nerki i t. p. Skutek przy stosowaniu Kolloidiny daje się zauważyć już po kilku dniach. Oddychanie, o czem wspomniano w poprzednim artykule pod tym samym tytułem — staje się prawidłowe, wzmagają się wydzielanie żółci, a przemiana materji staje się prawidłowa coraz bardziej. Osoba zażywająca Kolloidinę jest rzeświejsza, silniejsza, wraca jej samopoczucie i humor. Cera staje się codzień zdrowsza, świeższa i zaróżowiona. Następuje dosłownie jakby odmłodzenie całego organizmu, trwałe, niekosztowne i niezwiązane z szeregiem udręczeń, które naogół towarzyszą wszystkim innym kuracjom odtłuszczającym.

# OTYŁOŚĆ

zniekształca  
i szpeci

## KOLLOIDINE

D-ra Dubois  
wpływa na  
odtłuszczenie

Inform.: Oddz.  
D-ra Dubois  
WARSZAWA

Marszałkowska 62.





# ELEKTROKOSMETYKA

(Wskazówki i zastosowanie aparatów elektrokosmetycznych)

## Wstęp.

Często daje się słyszeć, że Panie, kończące zagraniczne szkoły kosmetyczne (również i niektóre polskie), po przyjeździe do kraju patrzą na używane u nas w gabinetach kosmetycznych aparaty, jak na jakieś zgoła sprzęty nieużyteczne, służące tylko do dekoracji wnętrza gabinetów. Panie te twierdzą, że zagranicą już dawno zaprzestano stosowania wszelkich aparatów elektrokosmetycznych, uznając jedynie masaż i preparaty kosmetyczne, (o przedewszystkiem upiększające szminki, pudry, kremy i ombrey'e) za jedynie godne wagi środki kosmetyczne, wystarczające zupełnie do osią-



gnięcia celu, t.j. pielęgnowania i konserwowania urody.

Należy przypuszczać, że inicjatywa propagandy, dążącej do zaprzestania stosowania aparatów elektrokosmetycznych, wyszła ze strony niektórych szkół kosmetycznych, istniejących przy Instytutach Kosmetycznych (a właściwie przy fabrykach i wytwórniach preparatów kosmetycznych), które wytwarzają całe mnóstwo rozmaitych preparatów. Propaganda ta ma na celu jedynie powiększenie stosowania i sprzedaży preparatów kosmetycznych, a zatem głównie zwiększenie własnych zysków.

Kedakcja nasza zasypywana jest listami, których autorki zapytują nas na temat elektrokosmetyki, my zaś ze swej strony, pragnąc odpowiedzieć wszystkim zainteresowanym, zamieszczamy niniejszy wyczerpujący artykuł, traktujący o tej dziedzinie.

Wobec tego, że ten dział elektrokosmetyki, który wchodzi w zakres czynności dyplomowanych Kosmetyczek, uwzględnia u nas zaledwie kilka aparatów, stanowiących niejako pomocnicze środki przy fizycznej pielęgnacji urody — warto zastanowić się, czy uzasadniony jest pogląd, że

wszelkie aparaty elektrokosmetyczne mogą być odrzucone bez szkody dla wyników pracy PP. Kosmetyczek.

Wiadomo, że kosmetyka fizykalna posiłkuje się następującymi czynnikami fizycznymi: wodą gorącą i zimną, powietrzem, elektrycznością, światłem i ciepłem, którego zastosowanie miejscowe lub ogólne — ma na celu podniesienie normalnej tężyzny tkanki ludzkiej. Do zakresu zabiegów fizykalnych zaliczamy pielęgnowanie urody przy pomocy: masażu (mięśnienia), gimnastyki (ćwiczeń ruchowych) oraz zabiegów mechanicznych. Zdajemy sobie sprawę, jak dobroczynnie działają takie nieszkodliwe, a odpowiednio do właściwości skóry dostosowane kąpiele przemienne (woda gorąca naprzemian z zimną), powietrze w postaci umiarkowanego plażowania i naświetlania lampami i ciepło w postaci naświetlań lampami lub przegrzewań kompresami elektrycznymi i gorącą wodą. Należy więc przypuszczać, że tylko dzięki nieporozumieniu i nieorientowaniu się (przedewszystkiem z winy niektórych szkół kosmetycznych), jaki wpływ fizjologiczny ma elektryczność na tkankę ludzką, a pośrednio i na cały organizm — mogła powstać gdziekolwiek koncepcja odrzucenia tak nielicznych aparatów elektrokosmetycznych, jakie PP. Kosmetyczki mają do dyspozycji.

Celem niniejszego artykułu jest wyjaśnienie wpływu elektryczności na tkankę ludzką, bowiem elektryczność jest jednym z wielu środków pomocniczych jednak stanowi środek bardzo cenny, uznawany już od szeregu lat prze powagi naukowej. Z artykułu tego zorientują się PP. Kosmetyczki, że

GABINET  
racjonalnej kosmetyki  
**JADWIGI NATKAŃSKIEJ**  
WARSZAWA  
ul. Poznańska 21 m. 51 (parter)  
Wykonywa zabiegi  
najnowszymi aparatami i środkami  
Ceny przystępne  
PORADY BEZPŁATNE

# LASÈGUE

Paris



wszystkie środki stosowane w kosmetyce, tak fizykalne, jak i chemiczne, zastosowane odpowiednio, posiadają swe dobre strony i uzupełniają się wzajemnie.

## APARATY ELEKTROKOSMETYCZNE DOZWOLONE DO STOSOWANIA W GABINETACH KOSMETYCZNYCH.

Z dozwolonych urzędowo do stosowania w gabinetach kosmetycznych aparatów elektrokosmetycznych wymienimy:

1. Aparat do d'arsonwalizacji (prąd d'Arsonvalla).
2. Lampa reflektoryczna Minina (Minin-Goldscheider).
3. Lampa Vitalux do naświetlań.
4. Tusze ciepło-powietrzne (Foen).
5. Okłady elektryczne (Termofory - kompresy elektryczne).
6. Prasowacze termiczne (prasowacze japońskie)
7. Aparaty do natrysków gorących (parówki, aparat „Hormona” do natryskiwania pasty).

A w gabinetach pozostających pod kierunkiem lekarskim również:

8. Aparat do faradyzacji (prąd indukcyjny - przerywany).
9. Aparat do galwanizacji (prąd stały).
10. Aparat do galwano-kaustyki (przyżeganie).
11. Lampa gwarcowa do naświetlań.

(D c. n.)



## Początkujący wytwórcy preparatów kosmetycznych poznajcie zasady kosmetyki i dermatologii.

(Dokończenie)

Dawno już zwrócono uwagę, że preparaty kosmetyczne, w których skład wchodzi składniki organiczne, ulegają po dłuższym czasie magazynowania — psuciu, t. zw. kwasnieniu, jeczeniu i pieśnieniu. Starano się temu zaradzić, stosując do preparatów kosmetycznych środki konserwujące takie, jak kwenol, kwas salicylowy, benzoesowy, formalinę, kamforę i t. d. Środki te posiadają dużo zalet, lecz niestety mają również swoje wady. Wadami temi były w pierwszym rzędzie właściwości oddziaływania na zapach, smak i barwę konserwowanych preparatów. W drugim rzędzie ogromną wadą było niezupełnie obojętne oddziaływanie tych środków konserwujących na skórę i błonę śluzową. Dopiero w ostatnich latach profesor Uniw. Berlińskiego, Th. Sabalitschka, na podstawie długotrwałych dociekań wykazał, że najodpowiedniejszymi środkami konserwującymi są: *Estry kwasu para-oksobenzoowego*. Estry te w porównaniu z środkami dotychczas stosowanymi posiadają dużo silniejsze działanie i w żadnym wypadku nie wywierają wpływu na reakcję, zapach, smak i barwę preparatu, przyczem dla organizmu ludzkiego są zupełnie nieszkodliwe. Estrami temi konserwuje się obecnie wszelkie preparaty kosmetyczne, chemiczne, farmaceutyczne i odżywcze, przyczem wystarcza minimalna dawka środka konserwującego, wahająca się w granicach 0,15—0,2 na 100 gr. preparatu.

Godną uwagi jest przytem własność rozpuszczania się tych estrów w wodzie, alkoholu i tłuszczach (olejkach), to też są one z powodzeniem stosowane do konserwowania preparatów kosmetycznych takich, jak: kremy, mlecza, płyny, pudry, szminki, pasty do zębów, mydła i t. d.

Profesor Sabalitschka ustali następujące stopnie siły działania poszczególnych estrów, hamujących rozwój bakterij gnilnych (*Staphylococcus Aureus*). Jako porównanie siły konserwującej wzięto w tym wypadku tak silny środek, jak Fenol.

Fenol	1
Ester metylowy kwasu p-oksobenzoowego	3
Ester etylowy kwasu p-oksobenzoowego	8
Ester propylowy kwasu p-oksobenzoowego	14
Ester butylowy kwasu p-oksobenzoowego	32
Ester izoamylowy kwasu p-oksobenzoowego	50



*To pracy*

krzepi nerwy, odświeża ciało

**P U L S A**  
WODA KOŁOŃSKA

TRWAŁE  
SUBTELNE  
ZAPACHY

## Zapraszamy do udziału w Wielkiej Ankiecie

### „Kosmetyki Nowoczesnej“!

Ester benzylowy kwasu p-oksobenzoowego	109
Powyższe zestawienie wykazuje, że poszczególne estry kilkakrotnie przewyższają hamujące działanie Fenolu, a ester benzylowy przewyższa Fenol 109 razy. Również i dla działania hamującego fermentacji ustalił prof. Sabalitschka następujące dane:	
Fenol	1
Kwas salicylowy	6,7
Kwas p-oksobenzoowy	12,2

Ester propylowy kwasu p-oksobenzoowego	25
Ester butylowy kwasu p-oksobenzoowego	40
Ester amylowy kwasu p-oksobenzoowego	53
Ester izoamylowy kwasu p-oksobenzoowego	80
Ester benzylowy kwasu p-oksobenzoowego	69

Należy zwrócić uwagę, że do konserwacji kremów zawierających prócz tłuszczu dużą ilość wody (a takie kremy są obecnie wśród klientek najpopularniejsze, zaś z punktu widzenia kosmetyki najracjonalniejsze), należy używać pół na pół estrów rozpuszczalnych i w tłuszczu i w wodzie, celem dokładniejszej konserwacji. A zatem użyjemy w tym wypadku oprócz rozpuszczalnego w tłuszczu estru metylowego (0,12%) i soli sodowej — kwasu p-oksobenzoowego, lekko rozpuszczalnego w wodzie (0,1%), rozpuszczając go osobno w wodzie wchodzącej w skład kremu.

Te nowoczesne środki konserwujące, niestety w Polsce nie są jeszcze wyrabiane, fabrykowane są tylko przez niemiecką firmę Julius Penner.

Pracownia  
Gorsetów

„Marja”

Poleca najświeższe modele  
Paryskie

oraz własnej wytwórni

Warszawa, ul. Zgoda Nr 3



# BIAŁE ZĘBY? MYDEŁKO DO ZĘBOW PASTA NA ELIKSIARZE CHERYS

## Sok brzozowy i jego zastosowanie w preparatach kosmetycznych

(Dokończenie)

W zakończeniu artykułu o zastosowaniu soku brzozowego w kosmetyce, którego początek zamieściliśmy w Nr. 21 naszego czasopisma, podamy sposób przygotowania płynnego mydła brzozowego do mycia włosów i skóry owłosionej części głowy.

Trudno jest nawet pomyśleć o racjonalnym pielęgnowaniu włosów bez racjonalnego, tj. częstego mycia głowy przy pomocy odpowiednio zastosowanego środka. Odpowiednim środkiem do mycia włosów będzie mydło przetłuszczone jaknajwięcej neutralne, zawierające najwyżej 0,04 proc. alkali wolnych. Mydła bardziej alkaliczne są bezwzględnie dla włosów szkodliwe, gdyż uszkadzają róg włosa. Fabrykacja mydła płynnego jest ani trudna, ani skomplikowana, należy tylko dokładnie odważyć ług i podstawę tłuszczową oraz jaknajdokładniej zmydlić tę ostatnią.

*Przepis na płynne mydło brzozowe jest następujący:*

Tłuszczu kokosowego	2,5 kg.
Oleju soja	2,5 „
Ługu potasowego 50° Bé	2,29 „
Wody destylowanej	12 „
Soku brzozowego	3 „

Mieszaninę tłuszczów: olejek soja i kokosowy wrzucamy do kotła (garnka emaljowanego) i podgrzewamy zleka na ogniu lub też na kąpieli wodnej aż tłuszcz dokładnie się roztopi. W międzyczasie przygotowujemy roztwór ługu, rozcieńczając go wodą destylowaną do 33° Bé. Następnie wlewamy ług cienkim strumieniem do rozpuszczonej mieszaniny tłuszczów ogrzanej do temperatury najwyżej 35° C. Później dodajemy jeszcze 2 kg. wodnego roztworu chlorku potasowego o stężeniu 16° Bé i mieszamy to wszystko aż do powstania młecznej emulsji.

W przeciągu mniej więcej 2-ch godzin mieszamy zawartość kotła, a celem przyspieszenia zmydlenia, możemy przed upływem tego czasu kocioł podgrzać na kąpieli wodnej. Gdy za-

wartość kociołka zaczęła kipieć i podnosić się do góry, to należy dodać lyżeczkę wodnego roztworu potasu, a kipienie ustąpi natychmiast. Tak ze-mulgowane tłuszcze w przykrytym kociołku pozostawiamy na całą noc. Następnego dnia podgrzewamy zawartość kociołka do temperatury 80—90° C., dodajemy 1—2 kg. wody i mieszamy energicznie przez pół godziny. Po upływie tego czasu przeprowadzamy próbę na dokładne zmydlenie tłuszczu w sposób następujący: W próbowce wypełnionej odrobiną spirytusu — rozpuszczamy kilka kropel mydła wziętego z kociołka i dodajemy do roztworu czterokrotną ilość wody destylowanej. Jeżeli zawartość próbówki pozostanie klarowna, będzie to świadczyło, że tłuszcz został dokładnie zmydlony.

Teraz możemy dodać do lekko gotującego się mydła resztę wody po odjęciu tej ilości wody, którą dodaliśmy w czasie zmydlenia tłuszczów.

Mydło po ukończeniu procesu gotowania powinno być klarowne. Po ponownym przeprowadzeniu zmydlenia tłuszczu dodajemy sok brzozowy, wlewając go powoli i odstawiamy mieszaninę na kilka godzin.

Mydło płynne powinno być dokładnie zobojętnione, gdyż mydła wadliwie ugotowane nie są wytrzymałe na magazynowanie i mogą mętnieć w obniżonej temperaturze.

Drugie badanie na zmydlenie przeprowadzamy w ten sposób, jak pierwokropel mydła w spirytusie dodajemy 2

krople 1% roztworu phenolphtaleiny. Jeżeli otrzymamy lekko różowe zabarwienie, będzie to dowodem prawidłowego wykończenia mydła. W przeszłości, z tą różnicą, że do roztworu kilku ciwnym razie dodajemy kilkanaście kropel roztworu kwasu bornego (1:10) i mieszamy, gotując dalej aż do otrzymania wymaganego zabarwienia lekko różowego.

Mydło brzozowe można perfumować olejkami brzozowym (ol. betulae) z dodatkiem olejku lawendowego, olejki te rozpuszczamy uprzednio w spirytusie i dodajemy do ostudzonego mydła.

Przy odrobinie cierpliwości każda z PP. Kosmetyczek, wynosząc już z szkoły podstawowe teoretyczne wiadomości o gotowaniu mydła, może sobie ten preparat przygotować na sezon zimowy.

Sposób użycia płynnego mydła brzozowego niczem się nie różni od sposobu użycia zwykłych mydeł, z tym tylko zastrzeżeniem, że mydło brzozowe, dokładnie przyrządzone, można z pożytkiem dla włosów i skóry głowy pozostawić po namydleniu na włosach 10—15 minut, a później spłukać dobrze ciepłą wodą.

Lotionu brzozowego natomiast używamy codziennie do porannej toalety w sposób następujący: Kilkadziesiąt kropel lotionu natryskujemy na włosy i skórę w miejscach, gdzie włosy rosną, lekko skórę masujemy 1—2 minut, poczem dopiero włosy zaczesujemy.

Dr. Ste—ski

### GABINET KOSMETYCZNY

u d z i e l a

bezpłatnych porad kosmetycznych dla

Czytelniczek „K. N.” w poniedziałki i czwartki

w godz. 17—19 przy ulicy FILTROWEJ Nr. 75

tel. 9-79-80

„IWA”



# Kosmetyka na szerokim świecie

(PRZEGLĄD ZAGRANICZNEJ PRASY FACHOWEJ)

Autor, F. W. Freise, podaje w czasopiśmie „Riechstoff - Industrie” ciekawe dane o kosmetyce narodów żyjących w warunkach prymitywnych. W artykule „Wiadomości kosmetyczne Indjan brazylijskich”, po wyliczeniu wielu czarodziejskich i tajemniczych przepisów, autor podaje szereg środków stosowanych do usuwania, barwienia i upiększania włosów, spośród których to środków, wieloma posiłkuje się i dzisiejsza kosmetyka europejska. Następnie wylicza autor szereg środków używanych przez brazylijskich Indjan do usuwania zmarszczek, plam i zabezpieczających przed ukąszeniem owadów oraz chroniących od promieni słońca. Wreszcie wspomina o surowcach zapachowych, o środkach do tatuowania i pielęgnowania zębów.

**Nowe surowce:** Firma Kalle & Co S. A. w Wiesbaden wyprodukowała i wypuściła na rynek nowy preparat pod nazwą „Tylose”, będący celulozą metylową — środkiem zastępującym surowce, które trzeba importować, jak np.: guma tragakantowa, Agar-Agar, Carraghen i inne podobne. Obecnie w Niemczech fabrykuje się środki kosmetyczne, jak pasta do zębów, płynne i twarde kremy kosmetyczne z dodatkiem „Tylose”, który zastępuje doskonale środki kleiste pochodzenia zagranicznego.

**Podstawa dla pudrów M i Z „Ag-**

**fa”:** Firma I. G. Farbenindustrie A G. celem zastąpienia stearynianu cynku i stearynianu magnezji, zawierających sole metalu, wyprodukowała nowe podstawy dla pudru pod nazwą „Puderbasis M und Z Agfa”. Według wywodów H. Janistyna w „Deutsche Parf. Zeitung” podstawy te dają skórze nadzwyczajną gładkość i perłową matowość, w przeciwieństwie do stearynianów, które wywoływały pewną szorstkość skóry. Wymieniona podstawa nadaje się również do sporządzania pudrów-kremów.

**„Rybie srebro”:** Otrzymywane z łusek różnych gatunków ryb drogą ekstrakcji t. zw. „rybie srebro”, ma obecnie zastosowanie przy preparowaniu kremów (crèmes nacrees) i lakierów perłowych. Do sporządzania lakierów perłowych wyprodukowała firma L. Givaudan & Co. A. S. w Szwajcarii z łusek rybich preparat znajdujący się w handlu pod nazwą „Essence d'oriet”.

**Nowe podstawy do kremów i pomadek do warg:** F-ma „Polak & Schwarz” w Zaandam, Holandia, produkuje nowe emulgatory do kremów „P” i „S”, które służą do sporządzania emulsyj kosmetycznych (Laits de Beauté). Wymieniona firma wyprodukowała również podstawę do pomadek do warg, której 10% dodatek do masy daje pomadce do ust pożądaną przyczepność, a zarazem twardość.

**Nowy emulgator do kremów i mleczek:** Technika emulgowania kremów wzbogaciła się o nowy emulgator, przy pomocy którego przyrządza się podstawy do kremów i emalij. Jest nim „Dermazyn”, sporządzony z świeżych, oczyszczonych drożdży piwnych o konsystencji pasty. Przy pomocy powyższego preparatu można sporządzać emulsje o typie olej w wodzie. Kremy i emulsje przygotowane na „Dermazynie” szybko schną na skórze i są łatwo przez nią absorbowane.

**Sulfonowane tłuszcze i kwasy tłuszczowe:** Zapomocą sulfonowania tłuszczów i kwasów tłuszczowych w połączeniu z Cholesteryną wg. D. R. Patent 589015 otrzymano produkt, który służy jako emulgator do wyrobu kremów kosmetycznych.

**Nowe wynalazki w dziedzinie preparatów hormonowych:** Firma Gedeon Richter w Budapeszcie wyprodukowała preparaty hormonowe z gruczołów zwierzęcych, posiadające wysoką wartość i dużą siłę działania. Wyciągi z gruczołów wypuściła wymieniona firma na rynek o trojakiem przeznaczeniu: I „Androdermin” dla mężczyzn, II „Gynodermin” dla kobiet i III mieszany dla mężczyzn i kobiet pod nazwą „Hormodermin”. Wspomniane preparaty hormonowe stosuje się przede wszystkim do przyrządzania kremów hormonowych.

## Stowarzyszenie Właścicieli Gabinetów kosmetycznych w Polsce poleca uwadze Czytelniczek następujące Gabinety związkowe:

- |                                                               |                          |              |
|---------------------------------------------------------------|--------------------------|--------------|
| 1. Janina Albrechtowa, Instytut kosmetyczny,                  | ul. Chmielna 29,         | tel. 596-48. |
| 2. „Andrea” Instytut kosmetyczny,                             | ul. Sienkiewicza 4,      | tel. 625-05. |
| 3. Helena Brzezińska, „Izis” Instytut kosmetyczno-lekarski,   | ul. Żabia 4,             | tel. 581-53. |
| 4. Julja Bubnoff,                                             | ul. Wilcza 31 m. 15,     | tel. 882-84. |
| 5. „Danieli”, gabinet kosmetyczny,                            | ul. Hoża 40,             | tel. 956-36. |
| 6. Helena Goldsteinowa,                                       | ul. Nowogrodzka 31,      | tel. 958-98. |
| 7. „Hedda”, gabinet kosmetyczny,                              | ul. Szpitalna 5,         | tel. 285-14. |
| 8. Marja Kretczmerowa, gab. kosmetyczny „Cleopatre”,          | ul. Wilcza 19,           | tel. 806-67. |
| 9. „Kosmetyka Nowoczesna”, gabinet kosm.,                     | ul. Nowogrodzka 22 m. 3, | tel. 989-80. |
| 10. Anna Miszewska,                                           | ul. Hoża 50,             | tel. 936-17. |
| 11. Marja Makarowska, gabinet kosmetyczny „Cedib”,            | ul. Wspólna 44,          | tel. 926-44. |
| 12. Magdalena Poznańska, gabinet kosmetyczny „Madeleine”,     | ul. Mokotowska 52,       | tel. 808-37. |
| 13. Józefa Różańska, gabinet kosmetyczny „Pani”,              | ul. Al. Ujazdowskie 39,  | tel. 882-76. |
| 14. Zofja Trzebiecka, gabinet kosmetyczny „Ninon de Lenclos”, | ul. Lwowska 6,           | tel. 837-91. |
| 15. Zofja Wasilewska, gabinet kosmetyczny „Zoja”,             | ul. Służewska 4,         | tel. 863-31. |
| 16. Eugenja Weltowa, gabinet kosmetyczny „Nowoczesny”,        | ul. Wilcza 55,           | tel. 895-77. |



# Zdrowe nerwy

## to klucz do szczęścia, powodzenia i dobrobytu

Dzisiejsze ciężkie warunki bytowania sprawiają, że coraz częściej spotykamy na ulicach ludzi przygnębionych, zagniewanych na siebie i bliźnich, opryskliwych, o zaniedbanym wyglądzie, niezdrowej cerze i podkrążonych oczach. Są to ludzie nerwowi, wymęczone życiem ofiary niepowodzeń i zgiełku wielkiego miasta. Ciężkie warunki bytowania, niepewność jutra, brak pracy, wieczne łatanie budżetu domowego od 1-go do 1-go pogarsza jeszcze te przykrości, których nie znają mieszkańcy prowincji. Jedną z głównych przyczyn zdenerwowania mieszczuchów jest również hałas dający się w wielkim mieście specjalnie odczuwać, głośne sygnały trąbek automobilowych, dudnienie wozów po kamiennym bruku od świtu do późnej nocy, warkot motocykli, to wszystko nie pozwala mieszczuchom wytchnąć ani na chwilę. Nawet w „ciszy domowego ogniska” skołatanie nasze nerwy też nie znajdują spokoju, narażone na ustawiczne wołania przekupniów i handlarzy na podwórzach domów, na wrzeszczące po całych dniach głośniki, radjowe, na koncerty kilku gramofonów naraz, na zgrzyty hamulców tramwajowych i autobusowych i t. p. Chore nerwy i przytępiony słuch są w pierwszym rzędzie wynikami tego miejskiego hałasu.

— Ludzie nerwowi umierają młodo — powiada jeden z najpoważniejszych lekarzy naurologów, prof. Whinsley. To też z największą troskliwością powinniśmy się odnosić do wszelkich dolegliwości naszego systemu nerwowego, osłabiających energię naszych nerwów — tego motoru, dostarczającego siły owej maszynie, jaką jest nasz organizm. Musimy dbać zarówno o odżywianie, jak i o spoczynek dla naszych mięśni i dla naszych nerwów, musimy starać się usuwać wszelkie przyczyny, powodujące wyczerpanie nerwowe, musimy wykorzystywać każdą chwilę, którą możemy przepędzić w warunkach pokrzepiających nasze nerwy.

W przeciwnym wypadku rychło zauważymy symptomy choroby nerwowej, łatwą pobudliwość, podrażnienie spowodowane często tylko rozmową bliskich nam osób, uczucie lęku, bez-

senność, bojaźń przed każdym ruchem, a nawet przed każdą decyzją nerwowe drganie powiek, migotanie jakby kolorowych płatków przed oczyma, osłabienie pamięci i t. p. objawy. Zauważymy również, że cera naszej twarzy przybierze odcień szaro-żółtawy, pokryje się zmarszczkami i smugami, oczy stracą swą przenikliwość, swój blask i cała twarz człowieka nawet młodego sprawiać będzie

wrażenie przemęczonej twarzy starca. Chorobowy ten stan odbije się przede wszystkim na twarzy i w oczach niszcząc w pierwszym rzędzie młodość i urodę. Nie zażywajmy wówczas bez wyboru pierwszych lepszych środków odurzających lub środków nasennych, znieczulających i powiększających tylko apatię. Starajmy się nie usypiać skołotanych nerwów, lecz odżywiać je i wzmacniać. Pamiętajmy, że gorączkowy tryb życia w czasach powojennych, codzienne katastrofy i niemal codzienne wstrząsy tak bardzo rujną naszą twarz, że najbardziej popularnymi chorobami stają się dziś choroby nerwowe.

(c. d. n.)



## LUDZIE NERWOWI UMIERAJĄ MŁODO

CZY NIE ZAUWAŻYLIŚCIE TEŻ NIEKIEDY  
I U SIEBIE JEDEN Z NASTĘPUJĄCYCH  
OBJAWÓW OSŁABIEŃ NERWOWEGO?

Łatwa pobudliwość, smutek, drżenie, niepokój, kołatanie serca, zawroty głowy, uczucie lęku, bezsenność, niespokojny sen, zniesienie uczucia na niektórych częściach ciała, przestach, wzmożona pobudliwość wskutek niezgodności, hałasu, zapachów, pociąg do środków odurzających, tytoniu, wysokoci, herbaty, kawy, drganie powiek lub migotanie przed oczami, nawały krwi, ściskanie, kapryśne usposobienie, osłabienie pamięci lub mowy, wreszcie zboczenia seksualne lub zanik popędu płciowego. Jeżeli z wymienionych tutaj objawów jeden rząca lub kilka jednocześnie występują:

JEST TO OZNAKA, IŻ NERWY SĄ POWAŻNIE  
OSŁABIONE I WYMAGAJĄ WZMOCNIENIA

Nie zaniedbujcie tego, w przeciwnym bowiem razie mogą wystąpić poważne zaburzenia czynności psychicznych, jak naprz. bredzenie i niepoczytalność, szybkie osłabienie organizmu i wreszcie śmierć przedwczesna. Bez względu na istotę nerwowości zalecam napisać do mnie. Jestem gotów gratis i franco wyjaśnić prostą metodą, która przyniesie każdemu radość niespodzianką. Zapewne już dużo wydaliście pieniędzy na rozmaite środki, które w najlepszym razie przyniosły tylko ulgę przejściową. Zapewniam was, iż znam właściwą metodę przeciwdziałania osłabieniu waszych nerwów. Ta metoda jednocześnie sprawdza poprawę nastroju, daje radość życia, energię, siłę do pracy. Wiele osób zakomunikowało mi, iż czują się jakgdyby nowonarodzeni.

TO POTWIERDZAJĄ RÓWNIEŻ ORZECZENIA  
LEKARSKIE. KOSZT WYNOŚI TYLKO CENĘ  
KARTY POCZTOWEJ. WYSYŁAM TĘ  
POUCZAJĄCĄ KSIĄŻKĘ. ZUPEŁNIE GRATIS.

Jeżeli nie możecie napisać, o zachowajcie ogłoszenie

**PANNONIA-APOTHEKE**  
BUDAPEST 72 POSTFACH 83. Abf. 1 <sup>K/A</sup>



# FARBY DO WŁOSÓW

Przed farbowaniem włosów należy starannie oczyścić je z tłuszczu, myjąc szampionem. Wybór odpowiedniej farby do włosów jest rzeczą trudną, biorąc pod uwagę, że:

1. Niektóre farby są wręcz niebezpieczne zwłaszcza, jeżeli stosowane są niezręcznie, lub używane do zbyt delikatnych włosów. Do takich należą m. in. farby na parafenylenodwuaminię i na dwuaminofenolu, solach ołowiu itp.;

2. Inne znowu farby, nie przedstawiając niebezpieczeństwa dla organizmu, stopniowo jednak niszczą włosy do tych należą: woda utleniona, nadmanganiany, siarczki itp.

**FARBY ROŚLINNE.** Sporządzane z orzechów, z galasówki, z henné; do tej kategorii należą farby mieszane, w skład których wchodzi wszystkie te składniki jednocześnie.

Farby te są nieszkodliwe, lecz nie zawsze odpowiadają celowi.

a) *Farby orzechowe.* Sporządzają się z zielonych łupin orzecha. Łupiny dojrzałych orzechów należy utrzeć na miazgę, zalać lekko posoloną wodą, pozostawić napar w spokoju przez kilka dni, następnie przelać go do wody wrzącej; przesączyć i stężyć roztwór przez parowanie. Dodać 15% alkoholu absolutnego z zapachem bergamotowym i balsamem peruwjańskim. Można dodać odrobinę gliceryny lub ałunu, zaś w chwili użycia — trochę amonjaku.

Farba ta barwi włosy na ciemno-kasztanowe lub na czarno, zależnie od stopnia koncentracji.

Wadę jej stanowi nietrwałość.

b) *Farby wschodnie na galasówce.* Galasówka (narośl na dębach) zawiera taninę. Należy owoce (orzyszki) galasówki upalić jak kawę, utłuc i sprzążyć w miedzianym naczyniu, co nada im barwę ciemno - kasztanową. Proces pelenia rozkłada taninę na kwasy galusowy i pyrogalusowy, stanowiące w preparacie składniki czynne. Upalone owoce galasówki należy zemleć (utrzeć) na proszek i sporządzić z nich pastę, dodając trochę opiłków żelaznych i miedzianych i perfumując je piżmem.

Tą pastą należy smarować włosy i pozostawić tak przez godzinę. Nie jest ona zbyt trwała.

c) *Farby na hennie.* (Lawsonia z rodziny Lythraceae). Proszek henny pochodzi z wysuszonych, roztartych liści pewnego krzewu, rosnącego w Arabji i Egipcie. Odwary henny barwią włosy na kolor mahoniowy, który jako taki nie jest zbyt często używany. Barwnikiem otrzymanym z samej henny kobiety, ale tylko Wschodu, barwiły swoje ręce, paznokcie i wargi, mężczyźni zaś brody i grzywy swych koni. Mieszając hennę w różnych proporcjach z proszkiem indygo, uzyskuje się farby, nadające włosom wszelkie odcienie, poczynając od jasno-blond, kończąc na czarnym.

Farby na hennie są może najłatwiejsze i najzdrowsze, należy jednak stosować je b. umiejętnie; hennę z indygo mieszać trzeba nie wcześniej, niż na chwilę przed użyciem — w proporcji ściśle zastosowanej do odcienia, jaki się pragnie uzyskać. By uzyskać przedwzrostek, należy dokonywać zabiegu farbowania włosów w silnie ogrzonym lokalu.

Indygo można zastąpić suszonymi sproszkowanymi liśćmi drzewa indygowego (Indigofera z rodziny Papilionaceae) lub orzecha.

Liście te naparza się przez kilka godzin w letniej wodzie lekko zakwaszonej kwasem cytrynowym, poczem należy je przefiltrować.

Poplamienia skóry henną usuwa się przy pomocy soku cytrynowego.

d) *Farby roślinne mieszane.* Przepis Gastona na farbę „henne” i galasówkową: Moczyć przez kilka dni w 80 gr. alkoholu 90 proc.: 50 gr. henny 20 gr. sproszkowanych liści orzecha; sączyć i pozostawić, by ściekało; zalać

pozostały osad 100-ma gramami wody różanej; zmieszać płyn przesączonej z wodą wrzącą 100 st.; dodać 6 gr. gliceryny i trochę zapachu.

W chwili użycia można dodać trochę roztworu amonjaku.

Farbę „henne” i orzechową (bronde noix) można zmieszać razem.

## FARBY NA SOLACH METALI.

Sporządzane bywają na solach ołowiu lub bizmutu. Są po większej części silnie trujące. Większem powodzeniem cieszą się farby na azotanie srebra, jako mniej trujące, a barwiące włosy dobrze, w pięknych odcieniach. Znane są ponadto farby na nadmanganianie. Wadą ich jest, iż stopniowo niszczą włosy. Farby na solach niklu, na solach kobaltu itp., rzadko nadają włosom pożądane piękne zabarwienie.

a) *Farby na ołowiu:* Na podoctanie ołowiu (octanie zasadowym  $\text{CH}_3\text{—COO—Pb—OH}$ ), który nosi w handlu nazwę „Extrait de Saturne” Ten ostatni, zmieszany z siarką, po posmarowaniu nim włosów wytwarza w zetknięciu z powietrzem w ciągu 2 do trzech dni siarczek ołowiu czarnej barwy i barwiący.

Sposób sporządzania farby: Rozetrzeć w móżdziejku 20 gr. (1 część proporc.) straconej siarki z 40 gr. (2 cz.) gliceryny, dodać 1 litr wody pachnącej oraz 20 gr. (1 cz.) „extrait de Saturne”.

*Farba na octanie ołowiu* krystalicznym  $\text{CH}_3\text{—OOO—Pb—COO—CH}_3 + 3\text{H}_2\text{O}$  otrzymuje się przez zmieszanie tej substancji z siarką lub jakimkolwiek tiosiarczanem alkalicznym, wytwarza się również siarczek ołowiu.

Stosując siarkę, należy postępować jak przy stosowaniu podoctanu, należy jednak zachować pewną część wody użytej do sporządzania preparatu dla rozpuszczenia octanu.

Przy użyciu tiosiarczanu amonu — można rozpuścić 30 gr. octanu ołowiu w pół litrze wody, z drugiej strony zaś rozpuścić 25 gr. tiosiarczanu amonu, również w pół litrze wody. Następnie zmieszać roztwory i dodać 100 cm. sześć. alkoholu z zapachem.

(D. c. n.)

**TECNOLOGJA CHEMICZNA**  
W ZAKRESIE  
**perfumerji i nowoczesnej kosmetyki**  
Inż. Chem.  
**Stefana Wiewiórskiego**  
CENA 8 ZŁOTYCH

wyjdzie z druku w listopadzie r. b.  
i będzie do nabycia w Redakcji  
„Kosmetyki Nowoczesnej”.  
dla prenumeratów „K.N.” rab. 10%



*WP. Lola B.* Na temat interesujący WPanią ukaże się w następnym numerze naszego czasopisma specjalny artykuł lekarski. Jeżeli interesują WPanią zabiegi parafinowe w postaci masek parafinowych, to prosimy o przeczytanie ilustrowanego artykułu w Nr. 12 „Kosmetyki Nowoczesnej”, który wyślemy WPani po otrzymaniu zł. 1.— znaczkami pocztowymi. Maskę parafinową ziołowo-balsamiczną, która odchudza, upiększa, a jednocześnie wmacnia i zjędrnia mięśnie twarzy i którą WPani po przeczytaniu artykułów będzie mogła zastosować sama, możemy wysłać w ilości wystarczającej na kilka zabiegów za cenę zł. 3.— Na życzenie WPani przeprowadzimy wywiad w Instytucie Optometrycznym w Paryżu (filja w Warszawie) i zbierzemy dane interesujące WPanią.

*WP. Dorota G. w Łodzi.* Obawy WPani, że spirytus może wywołać siwienie włosów, są niczem niezasadnione. Przeciwnie spirytus jako rozpuszczalnik wielu cennych środków działających dobroczynnie na włosy, jest składnikiem prawie wszystkich płynnych preparatów do pielęgnowania włosów. Po otrzymaniu zł. 5.— preparat wyślemy WPani.

*WP. P-cz., Sanok.* Najracjonalniejszym zastosowaniem preparatów hormonalnych jest w obecnych czasach natrysk specjalnej pasty hormonalowej z aparatu natryskowego, opatentowanego w wielu krajach pod nazwą „Hormona Beauty Treatment”. Pasta „Hormona” w postaci twardej okrągłej kostki, zawiera hormony pobrane od zwierząt ciepłokrwistych (w odróżnieniu od innych preparatów, zawierających hormony zwierząt zimnokrwistych). Metoda „Hormona” jest z tego względu najdoskonalsza, że wykonuje się ją łącznie z innymi czynnościami, mającymi na celu ułatwienie tkance mięśniowej wchłonięcia zawartych w paście „Hormona” wydzielin gruczołów dokrewnych. Zabieg metodą „Hormona” wykonuje się w gabinecie kosmetycznym w sposób następujący: Oczyszczoną dokładnie odpowiednimi środkami oczyszczającymi skórę twarzy pacjentki (jak zresztą przed każdym innym zabiegiem), masujemy mniej więcej 10 — 20 minut, tj. wykonujemy normalny masaż (bar-

## PORADNIK KOSMETYCZNY

dzo dobrze robi zastosowanie masażu systemem prof. Jacqueta). Po wykonaniu masażu przygotowujemy sobie pastę, której kawałek rozpuszczamy (włączając kontakt do elektryczności) w aparacie „Hormona”. Rozpuszczenie pasty trwa mniej więcej 2—3 minut. Bezpośrednio po masażu twarzy (masujemy również, jak przy każdym masażu szyję) robimy t. zw. francuskie naparzenie twarzy przy pomocy umoczonego w gorącej wodzie, złożonego w czworo i wyżętego ręcznika kąpielowego. Naparzenie trwa 1—2 minut, jeżeli zachodzi potrzeba możemy na-

Kosmetyczne Operacje Zniekształceń  
**Dr. Michał Grodzki**  
Chirurg-Plastyk Warszawa, Złota 3

parzenie powtórzyć, poczem osuszamy twarz kawałkiem waty i momentalnie natryskujemy twarz i szyję również powieki i okolice zamkniętych oczu) gorącą pastą z aparatu „Hormona”, posługując się znajdującym się przy aparacie pulweryzátorem. Twarz pokrywa się jakby białym szronikiem, który lekko wmasowujemy opuszkami palców ruchem wibracyjnym przez 1—2 minuty. Po masażu usuwamy resztki niewmasowanej pasty i pudrujemy. Przy takim zabiegu zbędne jest nakładanie szminek, gdyż twarz jest ładnie zaróżowiona. Zupełnie zbędny jest również krem beztłuszczowy, gdyż natryśnięta pasta tworzy na skórze ładną, ledwo widoczną i przyjemnie wyczuwalną maseczkę. Z tego po-

wodu zabieg metodą „Hormona” jest godny polecenia, jako zabieg odmładzający, zjędrniający tkankę, usuwający zmarszczki, odżywiający naskórek, a jednocześnie dający piękne efekty upiększające, temwiecej, że prócz dłuższych i trwalszych wyników, jakie daje ta metoda, maseczka z natryśniętej pasty trzyma się całą dobę, nadając skórze piękną, zdrową i świeżą karnację. Zabiegi metodą „Hormona” są niezbyt kosztowne, gdyż pasta wystarczająca na około 20 natrysków kosztuje tylko 6 złotych. Zaleta tej metody polega na tem, że jest ona połączona z tak dobroczynnie działającymi zabiegami, jak masaż i francuskie naparzenie twarzy.

*WP. Lola Firlíkowska, Radom.* Na pytanie WPani trudno dać odpowiedź. Ukończenie szkoły kosmetycznej nie gwarantuje otrzymania posady, zresztą kandydatek na posady jest dużo, a gabinetów poszukujących asystentek — mało. Z drugiej strony, jeżeli WPani pragnie otworzyć własny gabinet, to trzeba na to pewnego zasobu gotówki, aby móc przetrzymać kilka miesięcy i zdobyć klientelę. Taksamo, jak w innych zawodach, tak i w zawodzie kosmetycznym — odczuwa się kryzys.

*WP. Inż. Zarębski, Lwów.* Nie chcąc się powtarzać, a pragnąc udzielić ścisłych wskazówek dotyczących masażu owłosionej skóry głowy, prosimy przeczytać uważnie Nr. 1, 2/3 i 4/5 „Kosmetyki Nowoczesnej”, w których znajdzie WPan artykuły o „Kosmetyce i djetetyce włosów”. W Nr. 2/3 jest specjalny dział, poświęcony masażowi owłosionej części głowy, ilustrowany i zawierający szczegółowe wskazówki. Co do masażu tego, to jest on podstawowym czynnikiem przy leczeniu wypadania włosów, jednakże należy stosować i środki chemiczne odpowiednio dobrane, o czym również wspominaliśmy w wyżej wymienionym artykule.

*WP. Zula U., Kołomyja.* Przy naświetlaniu lampą kwarcową lepiej jest posmarować twarz tłustym kremem lub jakimś olejkim w rodzaju olejków na opalanie. Można wtedy dłużej naświetlać bez obawy o bolesne oparzenia. Prosimy zwrócić uwagę na oczy i nakładać bezwzględnie ciemne okulary.

**LOLA ZYSOWA**

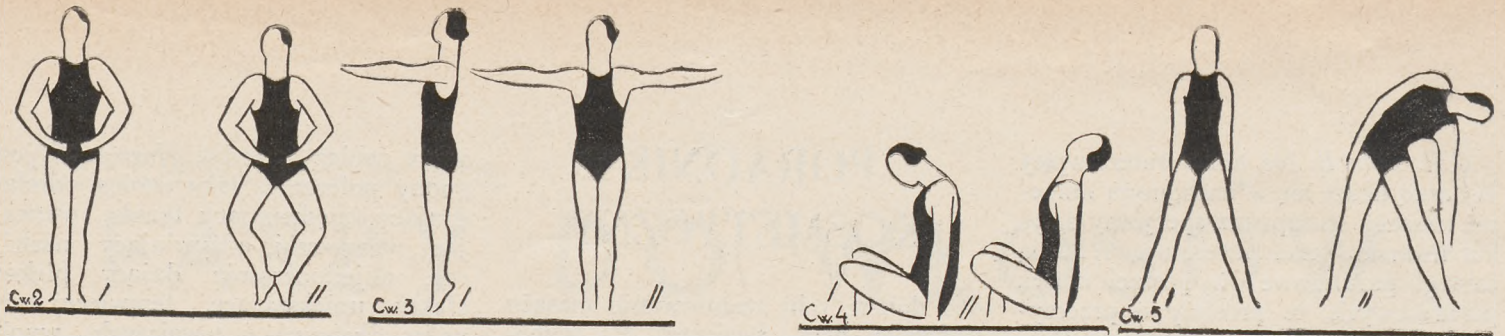
**PRACOWNIA  
BIELIZNY  
osobistej,  
pościelowej  
i stołowej  
WARSZAWA**

**ul. Rymarska 8 m. 3.**  
Tel. 11-64-43.  
Przyjmuje do 5-ej p. p.



**„POLONAISE” WODA KOŁOŃSKA. SZACH**  
(ODŚWIEŻA SIŁY I NERWY) WARSZAWA





## Kącik gimnastyczny

# RAZ, DWA, TRZY!...

Hallo! Proszę państwa! Przystępujemy obecnie do systematycznej zaprawy gimnastycznej. W każdym numerze umieszczane będą całkowite programy gimnastyczne, skonstruowane w ten sposób, że będą zatrudniać pokolei wszystkie partje mięśniowe, ćwicząc dzięki temu cały organizm. Przy każdym ćwiczeniu podana jest ilość wykonania, aby ćwiczący mógł zachować odpowiednie tempo. Ćwiczenia należy przerabiać w podanej kolejności i żadnych przerw między poszczególnymi ćwiczeniami nie stosować. Budowa bowiem programów jest taka, że gdy pracują jedne mięśnie, odpoczywają inne. W ten sposób cały organizm wciąga się powoli do pracy.

Rys. 1. Ramiona na biodrach, wspięcia i



półprzysiady. Liczyć do 4. Wykonać 10×4. Na 1 — wspięcie na palce, na 2 — półprzysiad, na 3 — wyprost nóg, na 4 — powrót na stopy. Podczas półprzysiadu nie pochylać się do przodu. Kolana nazewnątrz i nogi lekko w kolanach ugięte.

Rys. 2. Z postawy ramiona w bok: wymachy ramion dołem wprzód ze wspięciem i dołem w bok. Liczyć do 4. Wykonać 10×4. Na 1 — przenieść ramiona dołem wprzód i stanąć na palcach stóp. Na 2 — ramiona dołem w bok i powrót na całe stopy. Na 3 — ramiona dołem wprzód i na 4 — ramiona dołem w bok. Ćwiczyć miękko i swobodnie, nie napinać innych mięśni. Każdorazowo przy zmianie ramion uderzyć dłońmi po udach.

Rys. 3. Siad skrzyżny i skłony głowy wprzód i wtył. Liczyć do 4. Wykonać 10×4. Na 1 — skłon wprzód, na 2 — skłon głowy wtył, na 3 — skłon wprzód, na 4 — wtył. W siadzie kręgosłup wyprostowany, tułów lekko

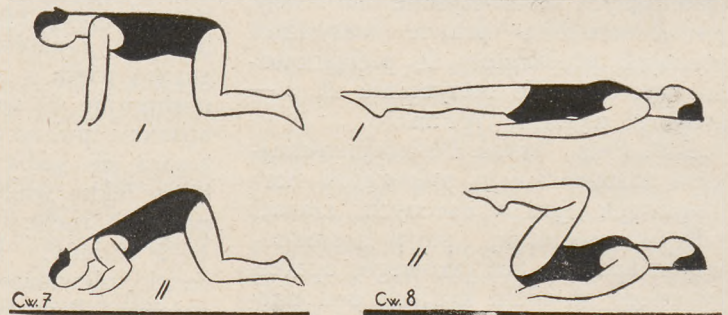
odchylony wtył. W czasie pracy oddechu nie wstrzymywać i nie usztywniać innych mięśni, jak również nie pochylać się do przodu ani do tyłu.

Rys. 4. Rozkrok, ramiona wzdłuż ciała i skłony boczne w lewo i w prawo. Liczyć do 4. Wykonać 10×4. Na 1 — skłon w lewo, na 2 — wyprost, na 3 — skłon w prawo, na 4 — wyprost. W czasie skłonu nogi w kolanach wyprostowane, do przodu się nie pochylać, wykonać miękko i swobodnie, oddechu nie wstrzymywać.

Rys. 5. Siad płaski i skłony wtył z odchyleniem ramion do tyłu, dłońmi na zewnątrz. Liczyć do 3. Wykonać 10×3. Na 1—2 odchyłać ramiona wtył dłońmi nazewnątrz i uwypuklić klatkę piersiową, na 3 — powrót

ciała — skurcze i wyprosty nóg. Liczyć do 3. Wykonać 10×3. Na 1 — skurczyć nogi i podciągnąć kolana pod brodę. Na 2 — wyprostować nogi wprzód i lekko w górę. Na 3 — opuścić nogi na ziemię. Oddechu nie wstrzymywać i nie stwarzać przerw między kolejnym wykonaniem.

Rys. 8. Lewe ramię skurczone, ręka przed pierś, prawe ramię wzdłuż ciała i wymachy ramion: lewe w bok, prawe wprzód. Liczyć do 4. Wykonać 10×4 na każdą stronę. Na 1 — wyprostować lewe ramię w bok, a prawe wzniesić wprzód. Na 2 — powrót do postawy wyjściowej. Na 3 — lewe, w bok, prawe wprzód, na 4 — powrót do postawy wyjściowej. Następnie przeciwczyć tę samą ilość razy drugostronnie, t. z. prawa skurczona, a lewa



do postawy. W siadzie kręgosłup wyprostowany, lecz nie usztywniony. Klatka piersiowa podana do przodu. Przy odchylaniu ramion do tyłu ściągać barki do tyłu tak daleko, aby łopatki prawie się zeszły ze sobą, oraz uwypuklać klatkę piersiową jaknajwięcej do przodu. Głowę również odchyłać wtył.

Rys. 6. Klęk rozkroczny w podporze — uginanie i wyprosty ramion. Liczyć do 4. Wykonać 8×4. Na 1 i 2 — ugiąć ramiona, na 3 i 4 — prostować je. W czasie uginania ramion ciężar ciała przenosić na nie, a samo ćwiczenie przerabiać w tempie wolnym. Oddechu nie wstrzymywać.

Rys. 6. Klęk rozkroczny w podporze — uginanie i wyprosty ramion. Liczyć do 4. Wykonać 8×4. Na 1 i 2 — ugiąć ramiona, na 3 i 4 — prostować je. W czasie uginania ramion ciężar ciała przenosić na nie, a samo ćwiczenie przerabiać w tempie wolnym. Oddechu nie wstrzymywać.

Rys. 7. Leżenie tyłem, ramiona wzdłuż

wzdłuż ciała. Początkowo ćwiczyć wolno, a po nabraniu wprawy szybkość zwiększyć.

Rys. 9. Siad płaski, ręce na biodrach i skręty tułowia wprawo i wlewo. Liczyć do 2. Wykonać 10×3. Na 1 — wykonać skręt tułowia wprawo, na 2 — powrót na wyprost. Na 3 — skręt tułowia wlewo, na 4 — nawprost. Podczas ćwiczenia nie odchyłać się od osi, którą sobie wyobrażamy jako linię przechodzącą przez kręgosłup. Ćwiczenie przerabiać miękko. Tempo ćwiczenia żywe. Ruchy obszerne.

Rys. 10. Podskokami rozkroki. Liczyć do 4. Wykonać 10×4. Na 1 — rozkrok, na 2 — zeskok, na 3 — rozkrok, na 4 — zeskok. Podskoki wykonać na palcach stóp. Oddechu nie wstrzymywać.

Na zakończenie spokojny i swobodny 1½ minutowy marsz uspokajający.

Wł. Dobrowolski kpt.





## Niż niewidzialna

Pociąg ruszył...  
Konarski poczuł radość, mocne bi-  
cie serca... Nareszcie!...

Zbliżanie się do celu! ..  
Turkot pociągu, jak najcudowniej-  
sza muzyka, upaja myśli.

Kraków... posada lekarza w szpita-  
lu, o jakiej nawet nie marzył w dobie  
obecnego kryzysu... 27 lat i pierwszu  
samodzielną pracą dobrze płatną... ja-  
niespodzianie przychodzi szczęście!...

Podniósł rozbłyśnięte źrenice i w tej  
samej chwili napotkał dwoje lśni-  
jących jasnych oczu... Co za oczy!... Ale  
jakie zimne!

Obojętnie przesunęły się po jego  
twarzy w kierunku okna, śledząc w za-  
myśleniu znikające za szybą obrazy...

Obok pięknej pani leży gazeta —  
szybki banalny fortel:

— Czy mogę prosić panią o dzien-  
nik?

— Proszę.

To wszystko. Ani pół uśmiechu.  
Przerzucił szpalty szybko i w roztarg-  
nieniu. Próbuje raz jeszcze zacząć:

— Świetna pogoda do podróży...

— Uhm...

Nastaje kłopotliwa cisza.

— Jaka niedobra! Taką miałby sza-  
loną ochotę podzielić się z nią swoją  
radością... miałby taką szaloną ochotę  
powiedzieć jej, że jest śliczna i przy-  
pomina mu jasne zjawisko Liliany  
Gish... Twarz ma tyle słodczy... i

Naraz tok jego rozmyślań przerwał  
niespodziany głos:

— Może kto z państwa życzy sobie  
sluchawki — w pociągu jest radjo.

Krótki bilans skromnych kapitałów  
— jednakże to kosztuje dwa złote!  
Lecz ruch ręki pięknej pani w kierun-  
ku sluchawek decyduje o wszystkim.

Szybko wyjmując dwa złote, aby za  
chwilę pogrążyć się w słuchaniu roz-  
marzającej melodji walca. Ukradkiem  
spogląda na swą sąsiadkę. Zeby choć  
blady odbłask na spokojnej twarzy...  
Orzech nie do zgryzienia.

Speaker zapowiada foxtrott Warsa  
— „Mów coś, powiedz coś, mów! o  
pogodzie, lub kiedy wreszcie weźmie-  
my ślub!”

Konarski podniósł pełne błagania  
oczy.

...Mów coś! Mówóóó!

Oczy ich spotkały się, po ustacji  
przepłynął pierwszy słaby uśmiezek,  
potem drugi już weselszy... Za uśmie-  
chem pośpieszyły słowa.

— Doskonały foxtrott! Jednakże  
radjo to wielka atrakcja w podróży!

Konarski oniemiał z radości! —  
Przemówiła...

A potem... potem... to już tak jak  
zwykle. Słowa i uśmiechy, uśmiechy  
i słowa.

Poczucie czasu jest rzeczą wzglę-  
dną — 6 godzin podróży to czasem tyl-  
ko godzina. Kraków... Pożegnanie...  
Zapewnienie:

— Zobaczymy się jutro w Teatral-  
nej o 6-ej.

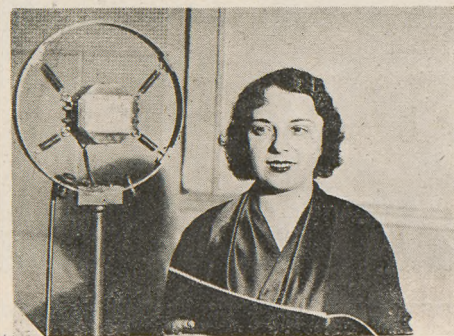
— Jeszcze jedno, gdyby nie radjo,  
czy przemówiłaby pani do mnie?

— Nie wiem, w każdym bądź razie  
ono przelamało milczenie...

A później już... później, kiedy pań-  
stwo Konarscy urządzali sobie miłe,  
skromne mieszkanie przy cichej ulicy  
krakowskiej — pierwsze miejsce w  
pokojach zajmował otaczany pieczoło-  
witością aparat radjowy, któremu za-  
wdzięczali swe szczęście.



Julja Drozdowska, śpiewaczka Radja w  
Bukareszcie, śpiewała niedawno pieśni ru-  
muńskie przed mikrofonem P. R. w War-  
szawie.



Utalentowana śpiewaczka operowa Emma  
Szabrańska występuje często przed mikrofo-  
nem Polskiego Radja.

## Opieka nad dzieckiem

Przy opiekowaniu się dzieckiem  
szczególnie troszczyć się należy o utrzy-  
manie w czystości i zdrowiu jego ciała,  
co nie jest rzeczą łatwą wobec nie-  
zwykłej wrażliwości i delikatności skóry  
dziecka. Aby zapobiec wszelkim za-  
czerwienieniom skóry dziecka, wypa-  
rzeniom, odleżynom, zaognieniom,  
swędzeniu, zatarciu — należy dziecko  
dokładnie przesypywać Pudrem Bebe  
Szoimana, od lat przeszło 35 zalecane-  
go przez lekarzy specjalistów. Puder  
Bebe Szofmana delikatny jak pyłek  
przesiany przez liczne sita jedwabne,  
jest doprowadzoną do perfekcji za-  
sypką dla dzieci.

Dr. S. A.

## SALON ZOJA

u d z i e l a

bezpłatnych porad kosmetycznych  
dla Czytelniczek „K. N.” we wtorki  
i piątki w godz. 16—18 przy

ul. Służewskiej 4 m. 1



## NIECH JARACZ BĘDZIE INNY!

(INAUGURACJA SEZONU W „ATENEUM”).

„Marcowy Kawaler“ w Teatrze Ateneum  
pod dyrekcją Jaracza.



Scena z Perzanowską i Chodeckim.

„Żołnierz i bohater“ Shawa'a w Teatrze  
Małym.



Lindorfówna, Buczyńska, Kurnakowicz i  
Ziegiewski.

Szkoda, wielka szkoda, że pisząc o dwóch sztukach, wystawionych w „Ateneum”, wspomnieć trzeba tylko o aktorach, gdyż o jednoaktówce Blizińskiego, jak również o dwuaktówce Korzeniowskiego nie daje się powiedzieć absolutnie nic.

A Perzanowska (reżyserka i aktorka), Chodecki i wszyscy in. bez wyjątku aktorzy, — byli doskonali. Perzanowska znakomicie się zżyła z rolą chłopki, tej prawdziwej chłopki, wierzącej święcie, że im lepiej mąż bije, ...tem mocniej kocha.

Czołowa uwaga należy się oczywiście Jaraczowi, który grał tak, jak to tylko Jaracz potrafi. Na przedstawienie „Majstra i Czeladnika” powinni pielgrzymować młodzi (i starzy!) artyści z całej Polski, by napatrzeć się i nauczyć, jak należy grać rolę pijaka, w sercu którego rozgrywa się wieczna walka między „dobrem” a „złem”,

między zamilowaniem do ciepła rodzinnego ogniska, a pociągiem do „wódzi”.

Mimo pełnego uznania, dla Jaracza, jako doprawdy wspaniałego odtwórcy czołowych ról w sztukach Blizińskiego i Korzeniowskiego, jak również dla Jaracza, ożywiającego na scenie „Ateneum” prawie, że zapomniane utwory starej polskiej komedji, nie możemy jednak oprzeć się uczuciu rozczarowania i żalu, że Jaracz poto tylko utrzymuje, mimo tak wielkich trudności własną scenę, aby wystawiać tak mizerne sztuki.

Nie, my chcemy Jaracza zobaczyć w wielkim repertuarze, w sztukach klasycznych lub w nowoczesnym dramacie, któryby pozwolił temu genialnemu aktorowi ukazać się w pełni swych sił, możliwości i wielkiego talentu! Świat miłośników teatru czeka na tą chwilę z utęsknieniem. L. Len.



Marja Malicka — gwiazda warszawskich teatrów, ostatnio dyrektorka teatru na Karowej 18 — ze swoją ulubioną psinką, assen-pinczerką „Kasią”.

Cala strona — 360 zł., 1/2 — 200, —; 1/4 — 120. —; 1/8 — 75. —; 1/16 — 35. —; Drobnie w dziale „źródła zakupu” — za wiersz m/m. 1 zł., drobne na okładkach — za wiersz m/m. 2 zł. Ogłoszenia w tekście — o 25% drożej. Wkładki reklamowe — po cenach specjalnych.

PRENUMERATA: Rocznie — 6 zł., półrocznie — 3 zł., kwartalnie — 1.50 zł. Zagranica: rocznie zł. 12. —

Drukarnia B-ci Wójcikiewicz, Warszawa,



Zjednoczone Królestwo Wielkiej Brytanji jest korzystnym rynkiem zbytu towarowego. Wiele sławnych fabrykantów Kontynentu i Ameryki zgrupowało się na tym rynku. Jeżeli kogoś ta sprawa interesuje, należy koniecznie zaabonować czasopismo

**„Soap Perfumery and Cosmetics Trade Review”**

jedyny angielski miesięcznik fachowy omawiający wszelkie sprawy mogące zainteresować fabrykantów mydła i preparatów kosmetycznych.

Czasopismo „S. P. C.” nie tylko jest organem fachowym tej gałęzi przemysłu, lecz wyświadcza całe mnóstwo korzystnych przysług swoim abonentom. Za pośrednictwem „S. P. C.” abonenci nawiązać mogą stosunki z fabrykantami, oraz sprzedawcami i agentami ogłoszeniowymi. „S. P. C.” udziela wszelkich fachowych informacji i wskazówek zupełnie **BEZPŁATNIE**. Abonament roczny kosztuje tylko 12/6 wraz z przesyłką.

**SOAP, PERFUMERY & COSMETICS Trade Review**

102—5. Shoe Lane. Fleet Street. London E. C. 4. England.

**RIVISTA ITALIANA**

DELLE ESSENZE, DEI PROFUMI E DELLE PIANTE OFFICINALI

CZASOPISMO WŁOSKIE POŚWIĘCONE  
ESENCJOM, PERFUMOM  
i ZIOŁOM LEKARSKIM

MIESIĘCZNIK ILUSTROWANY  
NAUKOWO TECHNICZNO PRZEMYSŁOWO-HANDLOWY  
ZAWIERAJĄCY BOGATE RUBRYKI WSZYSTKICH  
WYMNIENIONYCH DZIAŁÓW.

DYREKCJA i ADMINISTRACJA  
**MEDJOLAN (116)**  
VIA S. VINCENZO 38

ABONAMENT ROCZNY (NORMALNY LIR. 70)  
CZŁONKÓW WSPIERAJĄCYCH OD 140 LIR. WZWYŻ.

TARYFY OGŁOSZENIOWE NA ŻĄDANIE

MIESIĘCZNIK CZYTANY  
I ROZPOWSZECHNIONY  
NA CAŁYM ŚWIECIE.

ZAŁOŻONE W ROKU 1907

**LA PARFUMERIE MODERNE**

MIESIĘCZNIK NAUKOWY i OBRONY ZAWODOWEJ

NAJTAŃSZE PERFUMERYJNE  
CZASOPISMO FRANCUSKIE

PUBLIKUJE WSZELKIE PRACE NAUKOWE TRAKTUJĄCE  
AKTUALNE NOWOŚCI W DZIEDZINIE PERFUMERJI

ROZPOWSZECHNIONE NA CAŁYM ŚWIECIE i CZYTANE PRZEZ  
WSZYSTKICH FABRYKANTÓW PERFUM,  
WYTWÓRCÓW PREPARATÓW KOSME-  
TYCZNYCH, KUPCÓW i KUPUJĄCYCH.

NIEZBĘDNY MIESIĘCZNIK DLA  
WSZYSTKICH INTERESUJĄCYCH SIĘ  
PRODUKCJĄ i METODĄ FRANCUSKĄ

NA ŻĄDANIE: CENNIK OGŁOSZEŃ, PRENUMERATY  
i 3-MIESIĘCZNA GRATISOWA WYSTĘKA CZASOPISMA

ADMINISTRACJA  
15, RUE CONSTAND, LYON

**PARFÜMERIE-ZEITUNG**

Pismo fachowe poświęcone dziedzinie handlu i informacjom eksportowym dot. artykułów perfumeryjno-kosmetycznych, mydlarskich, drogeryjnych i farmaceutycznych

Ponadto informacje dot. galanterji stalowej, artykułów opatrunkowych,  
szczotkarskich, higieny i czyszczenia mieszkań

REDAKCJA i ADMINISTRACJA **WIEDEŃ, III OKLLERGASSE 9. TEL.: U 16.232**

WYCHODZI 1-GO i 15-GO KAŻDEGO MIESIĄCA.

ZAŁOŻONE W ROKU 1925



## POSADY

### zaofiarowane i poszukiwane

**KOSMETYCZCE** wynajmę **KABINĘ** w gabinecie kosmetycznym. Telefon 2-15-13. (130)

**KOSMETYCZKA** młoda, zdolna, z praktyką w pierwszorzędnym zakładach poszukuje posady w Warszawie lub na prowincji. Oferty W.W. do red. „K.N.” (131)

**DYPLOMOWANA** kosmetyczka, młoda, zdolna poszukuje posady, kosmetyczki od zaraz. Zgłoszenia przyjmuje Redakcja „K.N.”. (132)

**PANI** inteligentna kosmetyczka poszukiwana do pracy w charakterze przedstawicielki wydawnictwa celem odwiedzania prenumeratorów i przyjmowania ogłoszeń. Prowizja. Oferty do Administracji „K. N.” sub. „Przedstawicielka”. (121)

### „KOSMETYKA NOWOCZESNA”

jest najlepszym organem reklamowym.

DO NASZYCH CZYTELNICZEK  
Prenumeratę naszego pisma przyjmuje również administracja telefonicznie.

## ŹRÓDŁA ZAKUPÓW

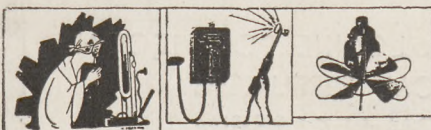
**HENNA** roślinna, oryginalna perska „Pâte des Khalifes” (do farbowania brwi i rzęs, bez domieszek metalicznych, nieszkodliwa dla oczu, wzmacnia włosy) S. Artymiński, Warszawa, Sienna 91, m. 42. (124)

### Ważne dla Wytwórców Opakowań Kosmetycznych i Laboratorów!

Papier złoty, srebrny gładki i deseniowy w arkuszach do wyrobu wytwornych **OPAKOWAŃ KOSMETYCZNYCH**. Przedstawicielstwo: Telefon Nr. 11-17-01

**RYBIE ŻŁOTO (Essence d'Orient) Fischsilberpaste** do wyrobu lakierów perłowych, kremów perłowych i celów przemysłowych. Przedstawicielstwo: tel. 12.17-01

**Okazyjnie, tanio** sprzedam artykuły kosmetyczne: mydło, pudry, wody kolońskie i mydło do golenia. Wiadomość: Adm. „K. N.”, tel. 2.53-68



NOWOCZESNE  
LUKSUSOWE  
**PARÓWKI**  
NATRYSKI



**FOTELE i STOLIKI**  
kosmetyczne aparaty galwaniczne  
**APARATY d'ARSONVALA**



SKŁAD FABRYCZNY  
Uniwersalny Magazyn Medyczny

St. z o. o.  
Zarz. **Bracia BRZEZIŃSCY**  
Warszawa, Królewska 18, tel.: 2.77-88 i 2.73-05  
ODSPRZEDAWCOM RABAT.

### Okazyjnie do sprzedania książki traktujące o kosmetyce

1. Taschenbuch fuer Parfumerie und Kosmetik, Dr. J. Davidsohn i Dr. Rietz, Berlin, zamiast zł. 26.— zł. 15.—
2. Haarpflegemittel, Mr. Vomacka, Wiedeń „ 5.—
3. Kosmetik fuer Aerzte, prof. Dr. H. Paschkis, Wiedeń „ 10.—
4. Radium als Kosmetikum, Dr. Dreyer, Bonn „ 2.50
5. Formulaire Cosmetique et Esthetique, Dr. P. Gaston, Paryż „ 8.—

Ceny wraz z kosztami przesyłki. Zamówienia gotówką należy kierować do Administracji Miesięcznika „Kosmetyka Nowoczesna” Warszawa, Plac Żelaznej Bramy 6

### Stanisław SAJCZYK

Warszawa, Przejazd 1. Tel. 11-28-53

olejki eteryczne, syntet. i kwiatowe dla celów perfumeryjnych. Specjalności dla kosmetycznych preparatów.

**GILLOT**  
PARIS - VARSOVIE

WODY KWANTOWE **GILLOT** POTĘGUJĄ UROK KOBIETY