

**Zeitschrift:** Das Rote Kreuz : offizielles Organ des Schweizerischen Centralvereins vom Roten Kreuz, des Schweiz. Militärsanitätsvereins und des Samariterbundes

**Herausgeber:** Schweizerischer Centralverein vom Roten Kreuz

**Band:** 35 (1927)

**Heft:** 1

  

**Artikel:** Etwas über Pedicure und Manicure

**Autor:** Scherz

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-973534>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 22.01.2025

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

Mutter, die vollständig gesund sind, aus drei Knaben, die in Abständen von zwei Jahren geboren wurden und bei ihrer Geburt kräftig waren.

Abgesehen von der Mutter, ist nur noch eine alte Erzieherin, die schon seit vielen Jahren in der Familie tätig ist, mit der Pflege der kleinen Kinder betraut. Die drei Knaben sterben nacheinander an tuberkulöser Hirnhautentzündung.

Bei der Untersuchung entdeckt man in der alten Erzieherin, „einer Frau, welche an chronischem Bronchialkatarrh leidet und früher an Asthma gelitten hat, einen Fall jener langsam fortschreitenden Alterstuberkulose, vor der man sich um so weniger in acht nimmt, als solche immer noch arbeitende Kranke alle Anzeichen, wenn nicht der Gesundheit, so doch der Widerstandskraft behalten“.

Die alte Frau wurde versetzt. Nachher wurden zwei Kinder geboren, die das Mannesalter erreicht haben und gesund geblieben sind.

Der einzige Schluß, der aus dieser Tatsache gezogen werden soll, ist der, daß die Familie eine der häufigsten, meistens nicht erkannten Ansteckungsquellen ist.

(Aus Dr. Jaquerod, Leyssin, „Wie verhüten wir die Tuberkulose?“)

## Etwas über Pedicure und Manicure.

Pes heißt der Fuß, manus die Hand und curare pflegen; so wollen denn die beiden Fremdwörter nichts anderes sagen als Fuß- und Handpflege. Warum wir nun um alles in der Welt Fremdwörter brauchen müssen für etwas, was eigentlich ganz selbstverständlich zu unserer Körperpflege gehören sollte, ist nicht recht verständlich; geschieht es aus falscher Brüderie, von der Pflege unserer Füße überhaupt zu sprechen? Oder sehen wir ein Unrecht darin, überhaupt unsere Hände

und Füße zu pflegen? Möglich wäre es auch, daß so ein bißchen das schlechte Gewissen mitredet, das uns sagt, daß wir eigentlich trotz unserer Kulturstufe, deren wir uns immer rühmen, in vielen Dingen, die unsere Körperpflege anbetreffen, weit hinter den Wilden zurückstehen. Oder befällt uns ein gewisses Gefühl des Beschämens, daß wir der Mode zuliebe, aus Nachäfferei, aus Eitelkeit zu lächerlichen Uebertreibungen es gebracht haben!

Es sieht ja in der Tat auch furchtbar geckenhaft, dumm und eitel aus, wenn einer oder mehrere Fingernägel die Fingertuppe um 1 cm oder noch mehr überragt, wenn die Nägel spitzig zugeschnitten werden und in ihrem künstlich polierten Glanze viel eher Krallen von Tarzans Gespielen gleichen als der Hand eines Menschenkinde. Das sind sicher Uebertreibungen, die ebenso lächerlich wirken als unter Umständen auch gefährlich werden können. Ich erinnere mich eines Falles, wo eine junge Mutter, die sich solch moderner Nagelpflege hingab und den Kleinfingernagel zur Kralle wachsen ließ, durch ungeschickte Bewegung beim Stillen ein Auge ihres Erstgeborenen so verletzte, daß es erblindete! und über ähnliche Verletzungen durch scharfe Nägel könnte wohl jeder Arzt berichten.

Wenn die moderne Manicure und Pedicure das erreicht hat, daß auf die Sauberkeit der Nägel mehr geachtet wird als früher, dann wollen wir sie nicht zu sehr verdammten. Dazu braucht es aber keine Fremdwörter, sondern nur Wasser, Seife und ein Handbürstchen; eine Nagelschere zum Schneiden der Nägel und etwa noch eine Feile, um die nach Schnitt oft allzu scharfen Fingernägel etwas abzufeilen. Will man noch mit einem dazu geeigneten stumpfen Holzstäbchen den Nagelsalz etwas zurückschieben, so daß wir das halbmondförmige Nagelbett etwas hervortreten sehen, so ist damit alles getan, was nötig ist, um einen gepflegten, sauberen Nagel zu haben. Da brauchen wir keine Spezialmesserchen, mit denen wir viel eher verletzen

und langwierige, recht schmerzhaftige Entzündungen des Nagelbettes hervorrufen können.

Manicure ist nicht nur Pflege der Nägel, sondern der ganzen Hand, und Pedicure die Pflege des ganzen Fußes. Im allgemeinen werden die Hände öfters gewaschen, viel gründlicher als es mit den Füßen der Fall ist. Bei recht vielen Leuten hört eben das Reinlichkeitsgefühl mit dem Gesicht und den Händen auf. Warum man alle Tage die Hände wäscht, dagegen die Füße meist nur einmal in der Woche oder sogar erst beim monatlichen Bad ist nicht recht verständlich. Es ist um so weniger erklärlich als wir den kleinen Erdenbürger anfangs doch von Kopf bis zu Fuß täglich waschen; wir tun das zu einer Zeit, wo er in der Wiege liegt und viel weniger Staub und Schweißabsonderungen ausgesetzt ist als später, wenn er zu laufen und auf dem Boden herumzukriechen anfängt. Einige Zeit wird auch jetzt noch gewaschen, aber nach und nach hört das überhaupt auf. Man kann hier eine ähnliche Erscheinung konstatieren wie beim Schuhwerk. Man sehe sich ein Schuhverkaufsmagazin an: ganz niedliche, breite, bequeme Schühlein für die Kleinen sind da zu sehen, dem Fuße wird die normale Form möglichst gelassen; aber gleich daneben sehen wir enge und spitze Schuhe für ältere Kinder und Erwachsene; der Fuß muß in Modestellen eingezwängt werden, wie wenn der Mensch von einem gewissen Alter an überhaupt keine normalen Füße aufzuweisen hätte.

Es sind noch keine 50 Jahre her, daß das Waschen der Füße recht selten vorgenommen wurde. Pfarrer Kneipp in Würzhausen hat es dann durch seine Kaltwassermethoden dazu gebracht, daß der Anwendung kalten Wassers mehr Aufmerksamkeit entgegengebracht wurde. Er hat in populärer Form darauf hingewiesen, wie kaltes Waschen der Füße dieselben nicht nur rein hält, sondern auch abhärtet, wodurch viele Erkältungsfrankheiten vermieden werden könnten, und

damit die beste Pedicure getrieben wird. Doch der Fehler von Kneipp war der, daß er zu sehr schablonisierte und dadurch ebensoviele Leuten schadete als nützte. Die allmählich zunehmende Sportbewegung hat dann schließlich die Leute zu etwas größerer hygienischer Lebensauffassung geführt, wozu eben auch die Reinlichkeit der Hände und Füße gehört.

Kaltes Waschen der Haut härtet sie ab; die Zirkulation wird angeregt. Die Haut wird widerstandsfähiger und wird so gegen Wärmeunterschiede nicht mehr so empfindlich sein. Recht viel kalte Füße werden durch ungenügendes Waschen der Füße verursacht. Wir schwitzen alle mehr oder weniger an die Füße, besonders die Partien zwischen den Zehen sind dadurch gefährdet und können leicht wund werden; andererseits bildet der Schweiß infolge der ungenügenden und langsamen Verdunstung im Schuhwerk drin einen feuchten Ueberzug, besonders wenn zu alledem noch enge Schuhe getragen werden. Dadurch wird dieses unangenehme Kältegefühl erzeugt. Wer im Sommer anfängt, mit kaltem Wasser die Füße fleißig zu waschen, der wird das auch im Winter un gefährdet tun können und wird nie an kalten Füßen leiden.

Daß zum Schneiden der Nägel eine gut geschliffene Schere zu gebrauchen ist, ein Nagelklemmer, und nicht das Taschenmesser, und daß die Nägel nicht abgerissen oder gar abgebissen werden sollen, dürfte bekannt sein. Nur so werden wir verhüten, daß die Nägel einreißen und zu unangenehmen Blutvergiftungen führen können.

Das Fremdwort Manicure beschäftigt sich aber noch mit andern Dingen als mit der bloßen Nagelpflege, die Haut der Hand selbst muß noch erhalten. Mehr oder weniger parfümierte Salben, vornehmer ausgedrückt Cremes, müssen eingerieben werden, um eine geschmeidige Haut zu erzielen. Wie wenn unsere Haut nicht normalerweise geschmeidig genug wäre! Sie sondert ja durch ihre Talg-

drüsen von selbst die nötige Menge Fett ab, wodurch nicht nur der Fettgehalt, sondern auch die Wärmekonserverung und -regulierung gewährleistet wird. „Unsere Hautcreme enthält kein Fett“ wird entgegnet; dann brauchen wir sie um so weniger! so lange wenigstens unsere Haut gesund und nicht durch übermäßigen Gebrauch in Haushalt und Küche rissig geworden ist. In solchen Fällen kann man allerdings nichts dagegen haben, wenn sich die Hausfrauen eine Creme einreiben, meist wohl Honigglycerin, womit Heilung einer durch zu häufigen Wassergebrauch beim Waschen entzündeter, rauher Haut befördert wird. Aber diejenigen Personen, seien es Männlein oder Weiblein, die Manicure im modernen Sinne des Wortes treiben, das sind zum wenigsten Leute, die grobe Arbeit leisten. Es sind meist solche, die Zeit haben, manchmal auch nicht, und wo man sich schon die kleine Frage erlauben darf: wann finden denn diese Leute Zeit dazu, die immerhin mindestens eine halbe Stunde beanspruchende Manicure auszuüben? Früher aufstehen tun sie sicherlich nicht deswegen und von den Mahlzeiten wird auch nicht Zeit abgeschränzt. Eine Samariterin hat mir's verraten: auf dem Bureau wird's gemacht!

Zum Kapitel über Handpflege gehört auch der Handschuh. Leute, die Manicure treiben, müssen selbstverständlich auch Handschuhe tragen. Wohl kaum deswegen, daß man die gepflegten Hände nicht sehen sollte, sondern weil man Angst hat, die überpflegte Haut könnte durch die „gewöhnliche rauhe“ Luft leiden. Man hat es also herrlich weit gebracht, hat die Haut so maltrahiert, daß sie nicht mehr widerstandsfähig ist, und nun muß man eine zweite Haut zu Hilfe nehmen, die Handschuhe. Und was für eine wunderbare Haut sind sie doch! Man muß sie klein und zierlich auswählen, denn wie beim Fuße gilt auch beim Handschuh die kleine Nummer für

vornehmer und für eleganter. Man denkt nur dabei nicht, daß zu kleine, enge Handschuhe gerade oft Stauungen und unschöne rote Hände hervorrufen können, die Zirkulation noch mehr schädigen und man so immer wieder vermehrter Handpflege bedarf. Man denkt auch nicht daran, daß all das Zeug, das man an die Haut gestrichen hat, im Innern des Handschuhes abgestreift wird. Alle Tage kommt mehr hinein — und bleibt drin liegen, — denn die wenigsten Handschuhe werden gewaschen.

Pflegen wir unsere Hände und Füße mit Seife, Bürste und Wasser und schneiden wir unsere Nägel richtig, dann treiben wir die einfachste und billigste Manicure und Pedicure, brauchen dafür dann auch keine Fremdwörter, sondern nennen's: Reinlichkeit!

Dr. Scherz.

## Vom Büchertisch.

**Vom gesunden und kranken Herzen**, von Univ.-Prof. Dr. Kerscheneiner, München. 122 Seiten, 18 Abbildungen. Preis geb. M. 1.85. Max Hefses Verlag, Berlin W 15.

Nach einer kurzen anatomischen Einleitung bespricht der bekannte Münchener Herzspezialist die einzelnen Formen der Herzkrankheiten (Klappenfehler, Entzündungen, nervöse Störungen), verbreitet sich über die Gefäßerkrankungen, unter denen die Arterienverkalkung zu den zum Teil mit Unrecht gefürchteten gehört, bespricht die Folgezustände und Beschwerden der Herzkrankheiten (Atemnot, Herzbelemmung, Pulsunregelmäßigkeiten usw.) und behandelt erschöpfend die Ursachen der Herzstörungen, wie Gelenkrheumatismus und Gifte (Alkohol, Tabak, Kaffee usw.). Ein eigenes Kapitel ist der so häufigen Neurasthenie und Folgeerscheinungen gewidmet. Den Beschluß bilden beherzigenswerte Ratschläge, als Frucht langjähriger Erfahrung. Ein empfehlenswertes Buch.

S—e.