

Lieber Kamerad !

Denke nur nicht, dass mir Deine Haarschnitte neu sind. Genau so etwas habe ich schon vor Jahren einmal bei den Hottentotten gesehen, und ich glaube sogar, Dir selbst eine Überraschung zu geben, wenn ich zum Teekränzchen, zu dem Du mich eingeladen hast, komme. Da ich aber vermute, dass bis dahin noch eine geraume Zeit sein wird, so will ich Dich heute wieder an ein paar Sachen erinnern, die Du vielleicht seit Deinen Schultagen schon längst wieder verschwitzt hast. Kannst meinen Ratschlägen volles Vertrauen schenken, denn ich bin ja augenblicklich von keiner interessierten Firma angestellt oder bestochen.

Zuerst, wie Du richtig sagst, gibt es eine Kahlköpfigkeit, die vererbt wird und wogegen es kein anderes Mittel gibt als sich gut behaarte Vorfahren auszusuchen, wohl dabei zu beachten, dass Frauen weniger von dieser Eigentümlichkeit behaftet sind als die Männer, dieselbe aber ebensogut aus der Familie mitvererben. Erst nach dieser Grundlage kann Haarausfall vermieden werden durch folgende Vorsichtsmassnahmen.

Da die Natur das Haar auf dem Haupt als einen Schutz für den Kopf gedeckt hat, ist es zu verstehen, dass es ohne moderne Kopfbedeckung besser gedeiht als mit derselben. Schliesslich wächst das Haar aus einer Unterschicht der Haut und wird von Öl-produzierenden Drüsen genährt.

Es ist unglaublich, aber unsere moderne Wissenschaft hat es bewiesen, wieviel Vitamin -- hauptsächlich Knochen-Vitamin D, Haar-Vitamin F und Haut-Vitamin G -- wir in einem warmen Bad verlieren. Daher auch die Schwäche und der Hunger, welche man gleich darauf empfindet. Und aus diesem Grunde kann vieles Baden, mit warmem Wasser und Seife, nicht nur schädlich, sondern sogar fatal werden, wenn es mit Unterernährung, welche den Vitaminverlust nicht ersetzt, verbunden ist.

Wenn man durch besondere Arbeiten oder vieles Schwitzen an ein tägliches Bad gebunden ist, sollte dieses kalt und so kurz wie möglich genommen werden. Im andern Falle müsste die

Haut mit einem natürlichen Öl, wie Nuss-Öl oder Glycerin, eingerieben werden. -- Das wussten sogar schon die alten Römer; und die Eingeborenen in vielen tropischen Gegenden taten es, ehe der Weisse seine Kultur in ihre Länder einführte.

Auch Kopfgrind, spröde Haut und steifes Haar sind ebensoviele Zeichen, dass die Drüsen, welche die Haut und das Haar nähren, entweder nicht richtig arbeiten, wogegen Massage oder gründliches Bürsten des Haares am besten ist; oder dass sie ihrer Nahrung durch zuviel Waschen und Baden beraubt sind, was besonders durch Einreibung von natürlichem Pflanzen-Öl wieder gut gemacht werden sollte.

Da, wie gesagt, die Menschen so verschiedenen veranlagt und auf ebenso verschiedene Weise beschäftigt sind, ist es schwer, eine Regel für alle aufzustellen. Jedoch die Ratschläge, die ich Dir hier gebe, sind erprobte, und Du kannst Dich auf dieselben verlassen.

Im allgemeinen ist ratsam, wenn möglich, nicht mehr als zwei volle Bäder per Woche zu nehmen, sich öfter das Haar gründlich zu büsten oder die Kopfhaut zu massieren, und wenn dann noch Kopfgrind einsetzen sollte, die Haut mit einem natürlichen Öl einzureiben. -- Mit dieser natürlichen Pflege sollte auch Dein Haar wachsen wie das des Esau und ganz natürlich glänzen wie die Sicheln am Hahnenschwanz.

Dein Lager - Onkel.

