ONZE GEZONDHEID

Verzorging van de huid.

Toen de Romeinen voor het eerst als oorlogsbuit Germaansche vrouwen en meisjes van over de Alpen medevoerden, was men in Rome verrukt over de schoonheid dier slavinnen. — Het weelderige blonde haar vormde een ongekenden tooi voor de aan het donkere type der Zuidelijke landen gewende overheerschers.

Maar meer nog dan de zonneblondheid van 't blauw-oogige Germanenkind deed de frissche kleur op de wangen, menige Romeinsche vol jaloerschheid staren naar dien buit uit het Noorden en hoe ook de verhalen van soldaten en veldheeren mochten luiden over de onherbergzaamheid van land en klimaat — op vrouwenschoonheid scheen dit een wonderen invloed te doen gelden. — Inderdaad oefent een vochtig klimaat op de huid 'n uit schoonheids oogpunt beteren invloed uit dan het droge, dat de huid eerder doet rimpelen en plooien en de vrouw uit het Zuiden beschut dan ook haar gelaat door een of ander vet tegen den invloed van de droge warmte.

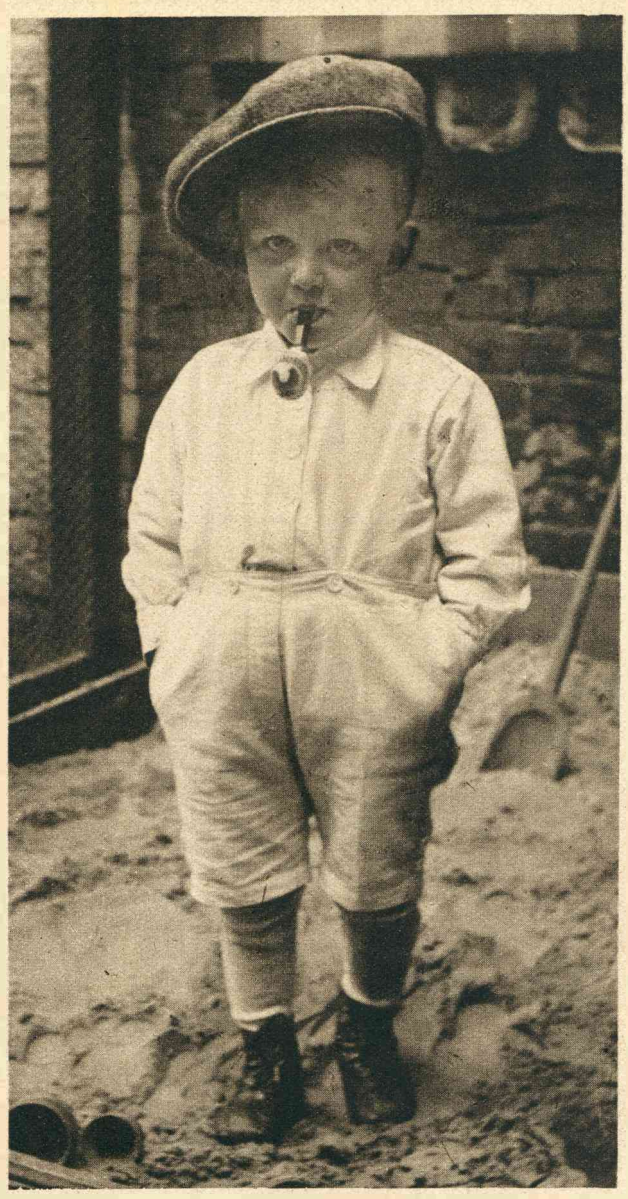
Creams, pasta's en andere in een toiletwinkel zoo ruim voorhanden middelen kan ze niet ontberen.

Trouwens onze huid zelf heeft haar eigen middelen om zich te beschermen tegen te droge warmte. Tal van vetkliertjes zorgen er voor dat de huid als het ware telkens door een laagje vet beschermd wordt. De uiterst kleine openingen, die wij in onze huid zien, zijn even zoovele openingen van de kleine kliertjes, die het vet leveren en de raad dien men in menig werk over huidverzorging lezen kan, om nu en dan de huid met warm water af te wasschen, vindt zijn juistheid in het feit dat het overtollig vet hierdoor wordt weggenomen en de kleine uitvoergangen van de kliertjes worden schoongemaakt. — In den winter als de felle Oostenwind ons in het gelaat blaast is eenige beschutting met een zalf zeker aan te bevelen, maar in de mistige, druilige dagen van November en December kunnen wij de zalf wis ontberen.

Het dragen van een voile.

Het dragen van een voile is feitelijk uit den booze en alleen bij strenge koude en wind kan een voile nuttige beschutting geven. Hoe anders is het bij regen of mist. De voile wordt dan nat, plakt tegen het gezicht, koelt op die plaats de huid te veel af en verhindert op de overige huid de gunstige inwerking van de vochtige lucht.

Behalve de nadeelen, die ik u noemde, kleven er aan de voiles met mouchejes nog meerdere bezwaren. Menige vrouw, die klaagde over hoofdpijn na een wandeling, zag haar klachten opgeheven toen ze de voile op haar wandelingen afgelegd had. Immers de mouchejes deden haar haar oogen bijzonder inspannen. Voortdurend richtte onbewust het oog zich op de dichtbijzijnde zwarte vlekjes en wellicht, vermoeid als dit was van werken in dichte nabijheid, zag het zich niet ontspannen op die wandeling naar buiten, maar staarde 't telkens op de dichtbij 't oog zijnde stippen. De voile zonder mouchejes worde dus gedragen bij felle koude of wind.



„NET ALS VADER".
Ingezonden op onzen foto-wedstrijd door J. Ivens, Rotterdam.

Hoe menigmaal werd de raad niet gegeven voor de springende huid of lippen een voile te dragen. Voor het eerste kan ze, zooals ik u zeide, bescherming verleenen, voor het tweede niet. Pijnlijker aandoening dan aan de lippen is moeilijk denkbaar.

De kloofjes in de lip worden voortdurend opengetrokken — en de genezing is door de voortdurende onrust moeilijk. Glycerine is een slecht middel; ze onttrekt het vocht aan de huid, maakt ze straks nog minder rekbaar en verergert de aandoening. Wie last daarvan heeft gebruike zalf om de lippen te beschermen en verwijdere die wanneer men binnenshuis verkeert, om bij het gaan in de buitenlucht voor een eenigszins langen tijd ze opnieuw te beschutten.

Kloven aan de vingers.

Mochten er onder mijn lezeressen zijn, aan wie de pijnlijke kloofjes van de lippen onbekend zijn, meerdere kennen wellicht de pijnlijke kloven aan de toppen van de vingers. Dagenlang kunnen die ons het gebruik van de vingers verhinderen. Elk stootje, hoe gering ook, is pijnlijk.

Daarvoor is geen beter middel dan een klein strookje hechtpleister over de kloof te doen, zoodat ze toegetrokken is. Dan geneest de wond snel en wijken niet voortdurend de wondranden uitéén en verhinderen zoo de genezing.

Winterhanden en -voeten.

Gaf ik u een middel tegen de kloven aan de vingers dat u helpen zal, voor de zoo gevreesde winterhanden en -voeten weet ik u geen middel te geven. Hoevele middelen zijn er niet voor deze als ware het om te bewijzen dat er geen enkel afdoend is. Glycerine, kamfer-spiritus, bepaalde creams, zalven, pasta's om onder de vele er eenige te noemen. Winterhanden en -voeten komen voort uit het gestel; het is een aandoening der uiterst kleine bloedvaatjes in onze vingers en teenen, de van het hart 't verst verwijderde plaatsen, die door de lucht bijna alzijdig omsloten, door den geringen inhoud van het lichaamsdeel, goede verzorging met bloed vóór alles eischen. Bij den lijder aan winterhanden of -voeten is die verzorging met bloed nu minder goed. De fijne vaatjes in die uitstekende lichaamsdeelen vernauwen zich niet snel genoeg. Ze kunnen dat wisselend spel van verwijden en vernauwen, dat kleinen bloedvaatjes eigen hoort te zijn, niet snel genoeg volvoeren en stoornissen in de voeding van de huid zijn er het gevolg van.

Velen vonden er baat bij, met reeds in den zomer te beginnen de handen in warm en daarna in koud water te dompelen, om als het ware de bloedvaten te oefenen, zich sneller te vernauwen en te verwijden. Die baat vonden bijdeze behandeling, waren zij, bij wie de aandoening niet ernstig was. Het best is — een volwaardig lichaam te bezitten.

Hoe we daartoe komen, hoop ik u later mede te deelen, — voor heden was het slechts een praatje over de huid en haar lijden.

MEDICUS.

SPELLETJES EN KUNSTJES

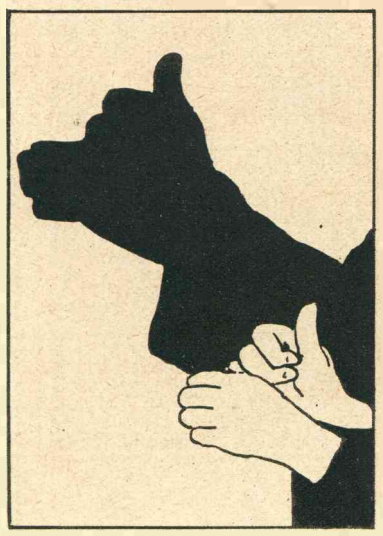
Schaduwbeelden II.

Zooals wij in onze oratie ter gelegenheid onzer kennismaking reeds deden uitkomen, is het maken van schaduwbeelden een tijdverdrijf van zeer ouden datum. Hoe oud heb ik, ondanks mijn ijverig naspeuren, nog niet kunnen ontdekken. Dat het schaduwbeeldenspel oud is, bewijst wel het feit, dat het in de literatuur in één adem genoemd wordt met de poppenkast en de Chineesche Schimmen.

De poppenkast is in ons land populair geworden door den onvergetelijken Jan Klaassen, trompetter bij den lijfwacht van prins Willem II, en die bij den plotselingen dood van den jongen Oranjevorst zijn ontslag nam,

„Want," zei hij tegen Katrijntje, zijn eigen wijf,
„Ik heb te veel Oranje-hart in 't lijf,
„Dan dat ik ooit in een trompet zou willen blazen
„Voor de Loevesteinsche factie en de nieuwe bazen.',

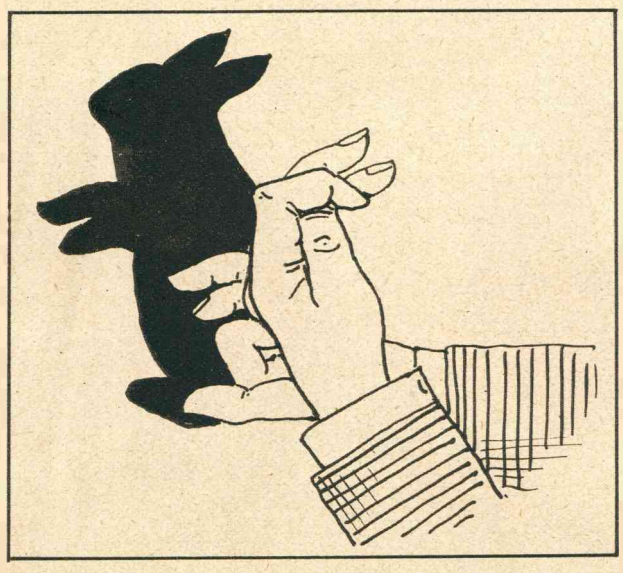
Om aan den kost te komen begon hij met de poppenkast te reizen en dat hij hiermee succes had, blijkt wel hieruit, dat zijn naam nog heden in den hoofdpersoon van het poppentheater voortleeft en hij, als de uitvinder van dit spel beschouwd wordt, schoon ten onrechte, want reeds lang voor Jan Klaassen zijn nieuw beroepging uitoefenen, werd in kermistenten een soortgelijk poppenspel vertoond. De gardetrompetter heeft hierin echter het persoonlijk element gebracht en — wat zeker wel het meest tot zijn succes zal hebben bijgedragen: de politiek, een factor, die toen, niet minder dan tegenwoordig, zijn invloed gelden liet.



Afb. 4. — Hondekop.

Ook de Chineesche Schimmen die met de schaduwbeelden zeer nauw verwant zijn, hebben een eerbiedwaardigen ouderdom. Hoewel ze eerst in den loop der 18de eeuw door Italianen in ons land werden vertoond, blijkt uit hun naam, dat ze van de Chineezen afkomstig zijn.

Zooals gezegd, de schaduwbeelden zijn een aangename tijdpasseering die, helaas, evenals zoovele andere spelen onzer grootouders door den onverbiddelijken tijdgeest verdrongen en gaandeweg in het vergeetboek is gestopt. Het is een spel van primitieve middelen en daarom door ons, verwende kinderen van dezen tijd, met geblaseerde laatdunkendheid beschouwd.



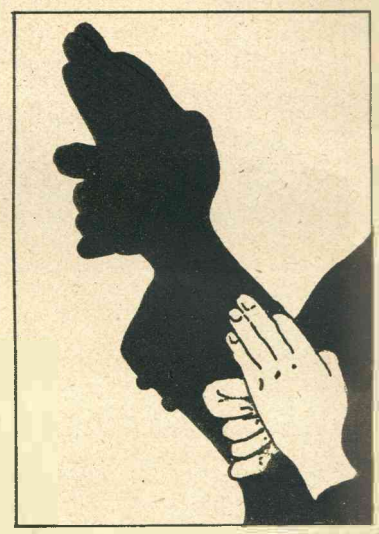
Afb. 5. — Konijn.

Zeer ten onrechte, want dit spel geeft groot en klein genoegen; het jeugdig „auditorium" om de verrassende resultaten, die het voor zijn oogen getooverd ziet; de ouderen, omdat het projecteeren van mooie schaduwbeelden aan hun vaardigheid en vindingrijkheid bepaalde eischen stelt.

Ongetwijfeld valt op dit weinig ontgonnen gebied door geniale geesten nog heel wat te exploreeren en evenals uit de eenvoudige, onbeholpen poppenkast het tot in de puntjes verzorgde marionettentheater dat we thans in variété's aanschouwen kunnen, geboren werd, kan ongetwijfeld ook de kunst der schaduwbeelden nog tot grootere volmaaktheid worden gebracht.

Mochten onze artikeltjes de lezers van „Panorama" inspireeren tot 't ontwerpen van nieuwe beelden en zij deze aan ons willen meedeelen, dan zullen we deze met genoegen een plaats in onze rubriek afstaan.

Voor iedere zelfgedachte en goed uitgevoerde teekening van eenvoudige of samengestelde schaduwbeelden toegezonden aan den Heer Cagliostro, Red. „Panorama", stellen we gaarne een prijs disponibel.



Afb. 6. — Boer met slaapmuts.

We plaatsen hier wederom een drietal schaduwbeelden, die om hun eenvoud ook aan beginners weinig moeite zullen kosten. We komen hier later meer uitvoerig op terug en verzoeken onze lezers alvast de „handgrepen" goed in te studeeren.

(Wordt vervolgd).

Wat onmogelijk lijkt, maar gemakkelijk is.

De oplossing van de in onze vorige rubriek onder bovengenoemden titel gegeven opgave is als volgt: Men vouwt den ondersten rand van het papier voor een derde gedeelte om en schrijft volgens de eerste afbeelding zonder pen of potlood op te lichten, tot aan de plaats door de pijlpunt aangegeven, vervolgens slaat men den omgevouwen rand weer neer (Afb. 2) en trekt den cirkel door.

CAGLIOSTRO.

