

Milch und Blut, so zart und sammetweich wie ein Rosenblatt gewesen, und wir möchten auch ganz gern ebenso schöne Haut bekommen. Und das können wir. Wir brauchen sie nur mit Aufmerksamkeit zu pflegen und darauf zu achten, was ihr zuträglich ist, und sie wird uns zum Danke ein frisches Aussehen und ein noch viel köstlicheres Gut, dauerhafte Gesundheit, schenken. Wir wollen sie uns deshalb einmal ein wenig darauffhin ansehen.

Die Haut des Menschen besteht aus drei verschiedenen Lagen, die zusammen ein gar nicht schwaches Leder liefern. Die obere Schicht heißt Hornhaut. In ihr fließt weder Blut, noch sind in ihr Nerven vorhanden. Sie ist blut- und gefühllos, reibt oder nutzt sich fortwährend ab und zeigt, wenn man sie unter einer Lupe ansieht, außerordentlich viele Löcher, die sogenannten Schweißlöcher oder Poren. Unter der Hornhaut befindet sich die Lederhaut, die von Nerven und Blutäderchen schon vielfach durchwebt ist und in der auch die Wurzeln der Haare eingebettet sind. Auch diese zweite Haut ist durchlöchert; denn die Schweißkanäle führen noch tiefer unter ihr fort, bis in die dritte Hautschicht, in der alle Schweißkanäle ihre Wurzeln haben. Gewissenhafte Naturforscher haben ausgerechnet, daß auf einem Stück Haut von der Größe eines Markstückes am Nacken und am Rücken sich ungefähr 400 Schweißlöcher befinden, auf einem ebenso großen Stück Haut von der Stirn 1258, vom Halse 1300, von der Fußsohle sogar 2685 solcher Schweißlöcher. Alles in allem gerechnet, ergeben sich für den ganzen Körper eines erwachsenen Menschen an 2380 000 solcher offenen Kanäle der Verdunstung. Die Natur lagert nun mit dem Strome von Schweiß, den sie vom Innern des Körpers fortwährend durch diese Kanäle nach außen hinsendet, auf die Haut eine ganze Masse ihr nicht mehr nützlicher Stoffe ab, und zwar ist diese regelmäßige Ausscheidung für unser Leben überaus wichtig; denn wenn man z. B. zwei Drittel der Haut durch irgend einen Lacküberzug undurchdringlich machte und so ihre Tätigkeit störte, so müßte nach kurzer Zeit unser Tod erfolgen; wir würden gleichsam ersticken, auch wenn wir dabei frei ein- und ausatmen könnten.

Die Haut ist also ein äußerst wichtiges Organ, und wir haben alle Ursache, sie gut zu behandeln und zu pflegen, damit sie ihre uns so heilsamen Arbeiten gern und leicht verrichten kann. Wir tun dies am besten durch sehr regelmäßiges Waschen und Baden des ganzen Körpers; denn wenn auch der wässerige Teil des sich immerzu absondernden Schweißes verdunstet, so bleiben doch eine ganze Anzahl anderer Stoffe als feste Kruste auf der Haut zurück und bilden einen Überzug über