

Oskused/teadmised vanasti peanaha- ja juuste hooldamisel

Vanarahva uskumustest on räägitud ja kirja pandud huvitavaid lugusid, kuidas inimesed vanasti oma juuste ja peanaha eest hoolitsesid (Rosenthal, 2006). Eesti inimest on vanal ajal nimetatud metsainimeseks, kes läbi aegade on metsa eest hoolt kandnud ja hoidnud loodust, siiski olid taimetargad (metsamoorid), kelle õpetuste läbi taimedega katsetama hakati.

Taimetargad väidavad, et taim on vaimne oled, kelle peale füüsiliste komponentide on ka oma energeetika ja seeläbi mõju inimesele (Karjus, 2013). Usuti, et juustes on maagia ja vägi, mille eest tuleb hästi hoolitseda. Inimeste suurim väärtus oli tervis ning see ajendas ka inimesi rohkem tähelepanu pöörama peanaha ja juukse puhtusele. *Uskumus* on seisund, sisemine kujutus, mis juhib inimeste käitumist. Inimeste seas levis arvamus, et juuksed püsivad kauem puhtad, kui juuksed saavad piisavalt toitaineid ning juuste seisukord näitab inimeste eneseusku. Sellepärast oli oluline hoolitseda kogu keha (eriti peanaha) puhastamise eest (Leokin, 2009).

Peanaha ja juuste pesemise eesmärk on eemaldada sinna kogunenud mustus ja rasu (Viru,



Seppel, 2007). Juuste pesemise ja peanaha hooldus tekitas inimestes küsimuse, kui sageli tuleks pead pesta? Arvamused jagunesid kaheks: arvati, kui nädalate viisi peanahka ei pesta, siis peanaha poorid ummistuvad rasva, tolmu ja mustusega, mille tagajärjel juuksejuured ei saa piisavalt toitaineid, juuksejuured muutuvad nõrgaks ning juuksed langevad välja. Juuste ja peanaha eest mitte hoolitsemine näitas vanal ajal, et inimene on lohakas ja must. Väärtuste omandamine algas kodust ja oluline oli jätta viisakas ja korrektne mulje ning seega oldi arvamusel, et tähtis on juukseid tihedalt pesta.

„1930.a. Juuste pesemine“ (mastersofphotography, 2014)



„Võhandu jõgi „(Viks, 2020)

Juukse hoolduse juures oli tähtis, kuidas ning millega juukseid pesta. Taimetargad soovitasid pesta juukseid võimalikult pehme veega, sest oldi arvamusel, et see soodustab rasu eritumist. Pesuvesi pidi olema pehme ja lubjavee, eelistatumaks peeti vihma-, jõe- või järvevett. Inimesed pesid oma pead järves, jõe kaldal, kodus (kausis) või saunas. Karedale kaevuveele võis vette lisada kuivade juuste puhul nisukliisid (nisupead) ning rasuste puhul paar teelusikatäit soodat (Leokin, 2008). Pehme vesi eemaldab juustest rasvakorra paremini, näiteks soovitati ka kaselehetõmmisega juukseid pesta, mis pidi juukseid muutma pehmeks ja

kohevaks ning hoiab ära juuste väljalangemise. Kaselehetõmmist tehti järgmiselt: kuumaveega loputatud kaseviht asetatakse kaussi ja kallatakse peale keev vesi. Kuni inimene end saunas pesi oli tõmmis valmis (Jänes, 1991). Pead pesti seebiga järgmiselt: rasust juust tõrva-, vääveltõrva- või kampriseebiga, aga ka vedela tõrvaseebipiirituse ja leelist sisaldavate šampoonidega, vähem rasuseid juukseid neutraalseebiga. Universaalset juuksepesuvahendeid ei olnud võrreldes tänapäevaga. Tänapäeval on juuksehooldustoode valik suur ning inimene saab valida tooteid vastavalt sellele, milline on tema juuksetüüp ja peanaha seisukord. Vanasti peamiseks peapesemise tooteks oli seep ja igasuguste šampoonipulbrite tarvitamise puhul aga hoiatati, et nende alalisel kasutamisel võivad juuksed muutuda hapraks ning kaotada oma loomuliku läike; samuti usuti, et seepi ei tohi otse juustele määrada, vaid selle peaks vahustama enne väheses vees ja seejärel vahuga juukseid pesta (arvati, et seep kuivatab juukseid, kuid lahustatud kujul mitte).

Juuste väljalangemine oli suureks mureks inimestele. Rahva hulgas liikusid jutud, et varane juuste väljalangemine oli põhjustatud kergemeelsusest ehk uluelust, kuid sellele ei leitud teaduslikku kinnitust. Peamiseks kiilaspäisuse põhjuseks arvati olema, et see on pärilik kalduvus, mis harilikult kandub edasi isalt poegadele ja emadelt tütardele. Neile, kes soovisid iga hinna eest paljaspäisusest hoiduda, pandi südamele, et tuleb hoiduda liigsest mõttetööst ning

hoiduda närvilisusest. Tekkis inimestes uskumine, et juuste välja langemine on haigus ja seda esines palju just õpetlastes (juuste väljalangemine, varane kiilaspäisus). Seega inimesed hoidusid vaimse töö tegemisest. Ka närvilised mõjud olid tähtsad juuste väljalangemisel, iga ärritus kutsus esile rikkeid juuksekasvus, mille mõju kestab kaua (Leokin, 2009).

Kasutati juuste tugevdamiseks, näiteks taimetõmmiseid, mis sisaldasid käbisid, saialilleõisi ja -juurt. Juuksejuuri toideti taime ja rukkileivaseguga. Taimetõmmistes leiduvaid toimeained tungivad hästi peanahka, soodustades juuste kasvu. Taimetargad soovitasid, kui juuksed olid kuivad, haprad ja kergesti murduvad, siis kord nädalas kasutati mähist ühest munakollasest ja supilusikatäiest kastoor-ehk riitsinusõlist. Rahvameditsiinis on välja toodud, et mähisel oli ka kõõmavastane toime. Juuste väljalangemise korral oli soovitatav kasutada segu, milles on mett, takjajuur, sibula mahl ja soe vesi. Kõik komponendid tuli omavahel segada, pähe määrada ja hoida peas 1,5-2 tundi. Arvati, et taimede tõmmised toniseerivad ja ravivad peanahka ja juukseid. Rahvameditsiinis on kastoorõli tuntud juuste, habeme-, kulmu- ja ripsmekarvade kasvu ergutava ainenä. Soovitati õliga määrada karvu 2-3 korda nädalas. Ka paplipungadest valmistati õlitõmmis on tuntud kui juuste kasvu soodustav vahend (Jänes, 1991).



Juuste hallinemine (hallumine) oli vanasti mureks inimestele nagu seda on ka tänapäeval. Kui tänasel päeval on juuste värvimine inimestele mugavaks ja lihtsaks tehtud (juuksurid), siis aastal 1930 sai juukseid ise toonida, katsetades ja usaldades metsamoore. Juukse toonimiseks kasutati näiteks kummeliõitest valmistatud tõmmist, mis heledatele juustele andis kollaka tooni ja samas värskendas juukseid ja varjas väheseid halle juukseid. Tumedaid juukseid tooniti musta tee tugeva tõmmisega (mustikavarred) ja raba tumeda veega (Jänes, 1991). Heledaid juukseid tooniti ka põdrasambla leotus

„Pödrasammal“ (Viks, 2020).

veega, mis andis juustele hõbedase läike. Oldi arvamusel, et koos inimestega vananevad juuksed (hallid juuksed), mida peeti loomulikuks protsessiks.

Aastal 1960 tekkis arvamus, et juuste hallistumine pole just alati loomulik protsess, vaid seda võib põhjustada, kas pigmendi puudus või teatavad keha haiguslik seisund, närvide ärritus, peaaegu pingutus, närvisüsteemi- ja vereringehäired (Pisani, 2018).

Taimetargad leidsid, et hallide juuste toonimiseks (peitmiseks): esiteks peanahka hõõruda kord nädalas munaõliga – ühele munakollasele segada juurde paar grammi soola ja natuke roosivett. Teiseks leiti, et aeg-ajalt juukseid nii öelda päikese kiiritada (pleegitada), sest arvati, et päikesekiired mõjuvad juukse loomuliku värvipigmentidele, mis kutsuvad juukseis esile rohkem pigmenti (Leokin, 2009). On leitud, et savis on rikkalikult mineraale (magneesium, raud) takistab bakterite vohamist, leevendab põletikku, turgutab peanahka, imeb välja liigse rasu.



Aaskannikeses on rohkelt *saponiine* (keemilised ühendid, mis esinevad paljudes ürtides, seemnetes ja köögiviljades), C-vitamiini ja *flavonoide* (taimsed kemikaalid), millel on leevendav, niisutav toime juustele. Sidrunimürdis leidub palju (kaltsiumi-, tsinki, magneesiumi), millel on puhastav ja rasu reguleerivad omadused (Pisani, 2018). Kokkuvõtteks on taimed väga vajalikud, et hooldada oma juukseid ja peanahka ning millest saab teha erinevaid leotisi, maske ja mähiseid. Tänapäeval on hooldustoodetes

„Aaskannike „(Kasemets, 2020).

lisatud taimseid õlisid, mis juustele hästi mõjuvad, kuid oluline on teada ka nende mõju meie juustele (Tabel 1. lk 5).

Tabel 1. Taimede nimed, nende toime juustele ja peanahale (Karjus, 2013).

Taimed/ tõmmised	Toime juuksele, nahale
Rosmariini õli	Mõjub rahustavalt peanahale.
Pohla ekstrakt	Puhastab õrnalt. Võib kasutada iga päev, määrides segu peanahale.
Kadakamarja ekstrakt	Puhastab tõhusalt juukseid ja peanahka.
Kummeli ekstrakt	Põletikuvastane toime.
Harilik piparmünt	Rahustab ja ergutab, vähendab peanaha ärritusi, hoiab ära sügelemise.
Aaloe	Säilitab värvitud juustel värvi.
Kase ekstrakt	Eemaldab peanahalt ja juustelt liigse rasu, reguleerib rasu teket.
Nõges	Muudab juuksed läikivaks ja annab juustel kohevust.
Paju	Pajuvesi tugevdab juukseid ja paneb karva kasvama. Hästi sobib punastele ja tumedatele juustele.
Saialill	Salveivesi, milles on saialille õisi ja salveid. On mõeldud põletikulisele ja valusale peanahale.
Henna tõmmis	Annab juustel hea läike.
Rohelise tee tõmmis	Kaitseb ümbritsevate kahjulike mõjude ja päikese eest. Annab elastsust, tugevust, läiget.
Pihlakamarja ekstrakt	Puhastab õrnalt peanahka. Võib vajadusel iga päev kasutada.
Sambla leotusvesi	Puhastab tõhusalt juukseid ja peanahka.

Kasutatud kirjandus

Juuste pesemine (2014). Külastatud aadressil

<https://mastersofphotography.wordpress.com/2014/10/11/william-gedney/>

Jänes, H.(1991). *Taimed kosmeetikas*. Koit

Karjus, I. (2013). *Metsamoori taim kosmeetika*. Cum Laude

Kasemets, M. (2020). *Aaskannike*. Põlva

Naiste frisuur 1930.aastate eesti ühiskonna peeglina: magistritöö (2009).

Külastatud aadressil <https://soenguajalugu.wordpress.com/tag/katlin-leokin/>

Pisani, M. (2018). *Biorganicare*. Publitseerimata loengumaterjal. Nyce Academy.

Raus, R. (2014, veebruar 7). Õpime ökoloogiliselt mõtlema. Üldharidus. *Õpetajate Leht*.

Rosenthal, M. (2006). *Soenguajalugu*. Publitseerimata loengumaterjal. Tartu

Kutsehariduskeskus.

Uskumused. Külastatud aadressil <https://www.hkhk.edu.ee/vanker/suhtlemine3/uskumused.html>

Viru, K & Kaja, S. (2007). *Juuksuritöö alusõppe õpikeskkond*. Külastatud aadressil

<http://juuksur.innove.ee/>

Viks, R. (2020). *Fotod erakogust*. Põlva.